

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026-06-08 poniedziałek	Rehabilit. Podstawa Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser mielony ze szczypiorkiem 30 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) rzodkiewka 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa barszcz biały z ziemniakami zabieleny 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) gulasz cygański z mięsem wieprz. pieczarkami i warzywami (marchewka, seler, pietruszka, ogórek kiszony) 150 g (SELER, GORCZYCA) Surówka wielowarzywna 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		paprykarz szczeciński 50 g (RYBY, SELER) szynka konserwowa wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 180,7 Białko ogółem [g] 70,1 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 294 Sól [g] 4,5 Sacharoza [g] 29,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 Sód [mg] 1 937,2
	ZoII Podstawa Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser mielony ze szczypiorkiem 30 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) rzodkiewka 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa barszcz biały z ziemniakami zabieleny 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) gulasz cygański z mięsem wieprz. i drobiowym i z warzywami(2) 150 g (SELER, GORCZYCA) Surówka wielowarzywna 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		paprykarz szczeciński 50 g (RYBY, SELER) szynka konserwowa wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) masło (2) 20 g (MLEKO) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 177,4 Białko ogółem [g] 70,5 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 294 Sól [g] 4,6 Sacharoza [g] 29,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Sód [mg] 1 953,8
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser mielony ze szczypiorkiem 30 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) rzodkiewka 50 g masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 200 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) potrawka z mięsa łopatką z warzywami 150 g (SELER) Surówka wielowarzywna 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	ser żółty (1) 40 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) masło (2) 10 g (MLEKO)	ser topiony (2) 50 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 292,5 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 281,2 Sól [g] 6,5 Sacharoza [g] 29,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52,1 Sód [mg] 2 673,5

2026-06-08 poniedziałek	ZoII Cukrzyca Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser mielony ze szczypiorkiem 30 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) rzodkiewka 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 200 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) potrawka z mięsa łopatką z warzywami 150 g (SELER) Surówka wielowarzywna 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	ser żółty (1) 40 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) masło (2) 10 g (MLEKO)	ser topiony (2) 50 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) masło (2) 20 g (MLEKO) sałatka z pomidorów, sałaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 292,5 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 281,2 Sól [g] 6,5 Sacharoza [g] 29,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52,1 Sód [mg] 2 673,5
	Rehabilit. Podstawa Poddębice	kukurydzianka na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) pasztetowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) połędwica drobiowa z wieprzowiną 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	zupa ogórkowa z ryżem zabieleną 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) ziemniaki z koperkiem 200 g kotlet schabowy panierowany smażony 80 g (GLUTEN, JAJA) sałata z kefirem naturalnym 120 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	ser żółty (1) 30 g (MLEKO) szynka gotowana wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) pomidor 50 g masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 923,8 Białko ogółem [g] 70,9 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 276,5 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Sód [mg] 2 786,2		
2026-06-09 wtorek	ZoII Podstawa Poddębice	kukurydzianka na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) pasztetowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) połędwica drobiowa z wieprzowiną 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	zupa ogórkowa z ryżem zabieleną 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) ziemniaki z koperkiem 200 g kotlet schabowy panierowany smażony 80 g (GLUTEN, JAJA) sałata z kefirem naturalnym 120 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	ser żółty (1) 30 g (MLEKO) szynka gotowana wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 923,8 Białko ogółem [g] 70,9 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 276,5 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Sód [mg] 2 786,2		
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	kukurydzianka na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) pasztetowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) połędwica drobiowa z wieprzowiną 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa brokułowa z ryżem 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z kefirem naturalnym 120 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	ser żółty (1) 30 g (MLEKO) szynka gotowana wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 862,5 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 254,9 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 13,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Sód [mg] 2 466,1

2026-06-09 wtorek	Zoll Cukrzyca Poddębice kukurydzianka na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) pasztetowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) połędwica drobiowa z wieprzowiną 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa brokułowa z ryżem 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z kefirem naturalnym 120 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	ser żółty (1) 30 g (MLEKO) szynka gotowana wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 862,5 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 254,9 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 13,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Sód [mg] 2 466,1
	Rehabilit. Podstawa Poddębice ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (1) 30 g (MLEKO) szynka połówkowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (10g) 1 Por masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml		zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron świderki 200 g (GLUTEN, JAJA) sos boloński z mięsem i warzywami (1) 200 g gruszka 1szt 150 g napój owocowy malinowy 250 ml		kaszaneczka 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 240,8 Białko ogółem [g] 78 Tłuszcz [g] 87,6 Węglowodany ogółem [g] 296,2 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 22 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Sód [mg] 2 094,3
2026-06-10 środa	Zoll Podstawa Poddębice ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (1) 30 g (MLEKO) szynka połówkowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (10g) 1 Por masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml		zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron świderki 200 g (GLUTEN, JAJA) sos boloński z mięsem i warzywami (1) 200 g gruszka 1szt 150 g napój owocowy malinowy 250 ml		kaszaneczka 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) masło (2) 20 g (MLEKO) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 240,8 Białko ogółem [g] 78 Tłuszcz [g] 87,6 Węglowodany ogółem [g] 296,2 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 22 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Sód [mg] 2 094,3
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (1) 30 g (MLEKO) szynka połówkowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (10g) 1 Por masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	wafle ryżowe 30 g	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron świderki 200 g (GLUTEN, JAJA) sos boloński z mięsem i warzywami (1) 200 g gruszka 1szt 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	kaszaneczka 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 50 g masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 351,2 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 307,9 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 28 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Sód [mg] 2 262,3

2026-06-10 środa	Zoll Cukrzyca Poddębice	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (1) 30 g (MLEKO) szynka poledwicowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (10g) 1 Por masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	waflę ryżowe 30 g	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron świderki 200 g (GLUTEN, JAJA) sos boloński z mięsem i warzywami (1) 200 g gruszka 1szt 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	kaszanka 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 50 g herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 351,2 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 307,9 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 28 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Sód [mg] 2 262,3
2026-06-11 czwartek	Rehabilit. Podstawa Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) parówka studencka na ciepło (1szt) 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pasztet wieprz.-drob. z blachy 30 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z marchewki 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		pasta z makreli 50 g (JAJA, RYBY, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) rzodkiewka 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 148 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 270 Sól [g] 5,9 Sacharoza [g] 20,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Sód [mg] 2 341,4
	Zoll Podstawa Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) parówka studencka na ciepło (1szt) 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pasztet wieprz.-drob. z blachy 30 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z marchewki 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		mięso z żeberka w galarecie 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) szynka konserwowa wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) rzodkiewka 50 g masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 115,4 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 269,4 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 20,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Sód [mg] 2 045,9
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) parówka studencka na ciepło (1szt) 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pasztet wieprz.-drob. z blachy 30 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z twarogiem i masłem 82%(35g+30g+5g) 60 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z marchewki 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 200 g (GORCZYCA)	pasta z makreli 50 g (JAJA, RYBY, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) rzodkiewka 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 537,2 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 112,5 Węglowodany ogółem [g] 295,8 Sól [g] 6,7 Sacharoza [g] 16,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3 Sód [mg] 2 666,1

2026-06-11 czwartek	Zoll Cukrzyca Poddębice plątki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) parówka studencka na ciepło (1szt) 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pasztet wieprz.-drob. z blachy 30 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) pomidor 50 g masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z twarogiem i masłem 82%(35g+30g+5g) 60 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z marchewki 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z brokula, pomidora, groszku i kukurydzy 200 g (GORCZYCA)	mięso z żeberka w galarecie 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) szynka konserwowa wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) rzodkiewka 50 g herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 504,6 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 112,1 Węglowodany ogółem [g] 295,3 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 16,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,2 Sód [mg] 2 370,6
	Rehabilit. Podstawa Poddębice kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka złocista 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pasta z jajka z koperkiem 50 g (JAJA) sałata liść (10g) 1 Por masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) Filet z miruny panierowany pieczony 100 g (GLUTEN, RYBY) ziemniaki z koperkiem 200 g surówka żydowska 120 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml		pasztetowa 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser żółty (2) 20 g (MLEKO) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 089,7 Białko ogółem [g] 71,2 Tłuszcz [g] 96,9 Węglowodany ogółem [g] 244,8 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Sód [mg] 2 298,3
2026-06-12 piątek	Zoll Podstawa Poddębice kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) pasta z jajka z koperkiem 50 g (JAJA) szynka złocista 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść (10g) 1 Por masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) Filet z miruny panierowany pieczony 100 g (GLUTEN, RYBY) ziemniaki z koperkiem 200 g surówka żydowska 120 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml		pasztetowa 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) blok drobiowy 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 104,3 Białko ogółem [g] 70 Tłuszcz [g] 94,2 Węglowodany ogółem [g] 256,1 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Sód [mg] 2 339,9
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka złocista 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pasta z jajka z koperkiem 50 g (JAJA) sałata liść (10g) 1 Por masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z szynką drobiową i masłem 82%(35g+20g+10g) 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny panierowany pieczony 100 g (GLUTEN, RYBY) surówka żydowska 120 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 150 ml (MLEKO)	ser żółty (2) 20 g (MLEKO) pasztetowa 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g (SELER) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 136,9 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 106,4 Węglowodany ogółem [g] 225,7 Sól [g] 7,1 Sacharoza [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3 Sód [mg] 2 929,1

2026-06-12 piątek	ZoII Cukrzyca Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) pasta z jajka z koperkiem 50 g (JAJA) szynka złocista 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść (10g) 1 Por masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z szynką drobiową i masłem 82%(35g+20g+10g) 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny panierowany pieczony 100 g (GLUTEN, RYBY) surówka żydowska 120 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 150 ml (MLEKO)	pasztetowa 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) blok drobiowy 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora i pestkami dyni 50 g (SELER) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 147 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 103,8 Węglowodany ogółem [g] 235,5 Sól [g] 7,2 Sacharoza [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Sód [mg] 2 979,4
	Rehabilit. Podstawa Poddębice	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser żółty (2) 30 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) naleśniki z marmoladą wieloowocową 300 g (GLUTEN, JAJA) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) Banan 1 szt 150 g napój owocowy malinowy 250 ml		kaszanka 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) połędwica sopočka wieprzowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka świeża 50 g masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 223,9 Białko ogółem [g] 69,4 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 346 Sól [g] 4,6 Sacharoza [g] 31,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Sód [mg] 1 944,6
	ZoII Podstawa Poddębice	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser żółty (2) 30 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) naleśniki z marmoladą wieloowocową 300 g (GLUTEN, JAJA) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) Banan 1 szt 150 g napój owocowy malinowy 250 ml		kaszanka 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) ser topiony (2) 25 g (MLEKO) papryka świeża 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 274,4 Białko ogółem [g] 68,5 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 346,1 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 31,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Sód [mg] 2 032,8
2026-06-13 sobota	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser żółty (2) 30 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	mandarynka 1szt (100g) 100 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) sztućka mięsa gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml surówka z buraczków 120 g	serek wiejski 150 g	kaszanka 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) połędwica sopočka wieprzowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 250,6 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 84,7 Węglowodany ogółem [g] 293,8 Sól [g] 6,2 Sacharoza [g] 29,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Sód [mg] 2 553,7

2026-06-13 sobota	Zoll Cukrzyca Poddebięce	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser żółty (1) 30 g (MLEKO) poledwica 'Ani' 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	mandarynka 1szt (100g) 100 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) sztućka mięsa gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	serek wiejski 150 g	kaszanka 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) ser topiony (2) 25 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 301,1 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 293,9 Sól [g] 6,5 Sacharoza [g] 29,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 Sód [mg] 2 642
	Rehabilit. Podstawa Poddebięce	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (MLEKO) pasztet wieprz.-drob. z blachy 30 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) Szynka bartnika 20 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) salata liść (10g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		szynka poledwiczna 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) ser biały krajanka (MLEKO) 30 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) pomidor 50 g masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 917,7 Białko ogółem [g] 77,8 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 257,5 Sól [g] 4,4 Sacharoza [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Sód [mg] 1 757,3
2026-06-14 niedziela	Zoll Podstawa Poddebięce	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (MLEKO) pasztetowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) szynka bartnika 20 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml salata liść (10g) 1 Por		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		szynka poledwiczna 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) ser biały krajanka (MLEKO) 30 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 957,6 Białko ogółem [g] 76,9 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 256,4 Sól [g] 4,5 Sacharoza [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Sód [mg] 1 797,8
	Rehabilit. Cukrzyca Poddebięce	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (MLEKO) pasztet wieprz.-drob. z blachy 30 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) Szynka bartnika 20 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ogórek konserwowy 50 g (SELER, GORCZYCA) salata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 250 ml	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 200 g	szynka poledwiczna 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) ser biały krajanka (MLEKO) 30 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 641,1 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 137,1 Węglowodany ogółem [g] 280 Sól [g] 5,3 Sacharoza [g] 25,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Sód [mg] 2 145

2026-06-14 niedziela	Zoll Cukrzyca Poddębice	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (MLEKO) pasztetowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) szynka bartenia 20 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml sałata liść (10g) 1 Por	kisiel owocowy b/c 250 ml	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 200 g	szynka poledwiczna 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) ser biały krajanka (MLEKO) 30 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 669 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 142,4 Węglowodany ogółem [g] 276,1 Sól [g] 4,9 Sacharoza [g] 23,3 Błonnik pokarmowy [g] 29 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Sód [mg] 1 991
2026-06-15 poniedziałek	Rehabilit. Podstawa Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka familijna 20 g (SOJA, MLEKO, GORCZYCA) Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) gulasz wieprzowy (2) 150 g (SELER) Surówka z kiszonych ogórków 120 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml		pasztet wieprz.-drob. z blachy 25 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) szynka gotowana wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 092,2 Białko ogółem [g] 74,6 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Sód [mg] 2 598,8
	Zoll Podstawa Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka familijna 20 g (SOJA, MLEKO, GORCZYCA) Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) gulasz wieprzowy (2) 150 g (SELER) Surówka z kiszonych ogórków 120 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml		pasztet wieprz.-drob. z blachy 25 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) szynka gotowana wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 092,2 Białko ogółem [g] 74,6 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Sód [mg] 2 598,8
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka familijna 20 g (SOJA, MLEKO, GORCZYCA) Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g masło (2) 20 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) potrawka z mięsa łopatką z warzywami 150 g (SELER) Surówka z kiszonych ogórków 120 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 200 g	pasztet wieprz.-drob. z blachy 25 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) szynka gotowana wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 606,7 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 131,4 Węglowodany ogółem [g] 279,3 Sól [g] 6,2 Sacharoza [g] 14,9 Błonnik pokarmowy [g] 41 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7 Sód [mg] 2 792,7

2026-06-15 poniedziałek	Zoll Cukrzyca Poddebiące	platki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka rodzinna 20 g (SOJA, MLEKO, GORCZYCA) Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) potrawka z mięsa łopatką z warzywami 150 g (SELER) Surówka z kiszonych ogórków 120 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z pomidorów, salaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 200 g	pasztet wieprz.-drob. z blachy 25 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) szynka gotowana wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 606,7 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 131,4 Węglowodany ogółem [g] 279,3 Sól [g] 6,2 Sacharoza [g] 14,9 Błonnik pokarmowy [g] 41 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7 Sód [mg] 2 792,7
	Rehabilit. Podstawa Poddebiące	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser żółty (1) 20 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) rzodkiewka 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) Herbata 250 ml		zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabieleną 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ziemniaki 200 g fasolka po bretońsku z kielbasą cieniłą (wieprzowa) 300 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		szynka drobiowa 25 g (SOJA, MLEKO) paprykarz szczeciński 30 g (RYBY, SELER) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) Herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 057,9 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 62,2 Węglowodany ogółem [g] 305,8 Sól [g] 6,8 Sacharoza [g] 13,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Sód [mg] 2 940,4
2026-06-16 wtorek	Zoll Podstawa Poddebiące	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser żółty (1) 20 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) rzodkiewka 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabieleną 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ziemniaki 200 g fasolka po bretońsku z kielbasą cieniłą (wieprzowa) 300 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		połędwica 'Ani' 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) paprykarz szczeciński 30 g (RYBY, SELER) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 055,7 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 305,8 Sól [g] 6,6 Sacharoza [g] 13,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Sód [mg] 2 928,8
	Rehabilit. Cukrzyca Poddebiące	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser żółty (1) 20 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) rzodkiewka 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki 200 g sztyka mięsa gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) Surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 150 g (GORCZYCA)	połędwica 'Ani' 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) paprykarz szczeciński 30 g (RYBY, SELER) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 895,6 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 254,4 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 16,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Sód [mg] 2 725,6

2026-06-16 wtorek	Zoll Cukrzyca Poddębice zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser żółty (1) 20 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) rzodkiewka 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ZYTANIA) 130 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki 200 g sztućka mięsa gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) Surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 150 g (GORCZYCA)	połędwica 'Ani' 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) paprykarz szczeciński 30 g (RYBY, SELER) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ZYTANIA) 130 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 941,8 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 68,3 Węglowodany ogółem [g] 264,2 Sól [g] 6,2 Sacharoza [g] 16,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Sód [mg] 2 812,4
	Rehabilit. Podstawa Poddębice ryż na mleku 300 ml (MLEKO) marmolada owocowa 30 g szynka konserwowa wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ZYTANIA) 120 g (GLUTEN) pomidor 50 g masło (2) 20 g (MLEKO) Herbata 250 ml		zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 120 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml		mięso z żeberek w galarecie 25 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) szynka złocista 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ZYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) Herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 839,6 Białko ogółem [g] 76,6 Tłuszcz [g] 49,4 Węglowodany ogółem [g] 283,3 Sól [g] 4,8 Sacharoza [g] 13,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Sód [mg] 1 905,3
2026-06-17 środa	Zoll Podstawa Poddębice ryż na mleku 300 ml (MLEKO) marmolada owocowa 30 g szynka konserwowa wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ZYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 120 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml		mięso z żeberek w galarecie 25 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) szynka złocista 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ZYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 839,6 Białko ogółem [g] 76,6 Tłuszcz [g] 49,4 Węglowodany ogółem [g] 283,3 Sól [g] 4,8 Sacharoza [g] 13,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Sód [mg] 1 905,3
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ZYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 120 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	pomarańcza 150 g	mięso z żeberek w galarecie 25 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) szynka złocista 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ZYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 962,2 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 290,4 Sól [g] 4,4 Sacharoza [g] 13,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Sód [mg] 1 752,3

2026-06-17 środa	Zoll Cukrzyca Poddębice ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) szynka złocista 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 120 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	pomarańcza 150 g	mięso z żeberek w galarecie 25 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) szynka złocista 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 966,8 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 291,5 Sól [g] 4,4 Sacharoza [g] 13,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Sód [mg] 1 754,4
2026-06-18 czwartek	Rehabilit. Podstawa Poddębice płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica z warzywami 25 g szynka konserwowa wieprzowa 25 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) Surówka z białej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		ser żółty (1) 30 g (MLEKO) połędwica sopočka wieprzowa 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 063,2 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 301,9 Sól [g] 4,9 Sacharoza [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Sód [mg] 2 202,6
	Zoll Podstawa Poddębice płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica z warzywami 40 g szynka konserwowa wieprzowa 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) Surówka z białej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		ser żółty (1) 30 g (MLEKO) połędwica sopočka wieprzowa 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 058,4 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany ogółem [g] 301,8 Sól [g] 4,8 Sacharoza [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Sód [mg] 2 159,9
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica z warzywami 50 g szynka konserwowa wieprzowa 40 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy 200 ml	zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) Surówka z białej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	ser żółty (1) 30 g (MLEKO) połędwica sopočka wieprzowa 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 969,7 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 265 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Sód [mg] 2 518,5

2026-06-18 czwartek	Zoll Cukrzyca Poddębice	<p>placki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) poledwica z warzywami 40 g szynka konserwowa wieprzowa 40 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml</p>	<p>sok pomidorowy 200 ml</p>	<p>zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) Surówka z białej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml</p>	<p>jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)</p>	<p>ser żółty (1) 30 g (MLEKO) poledwica sopočka wieprzowa 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2 062,1 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 66,9 Węglowodany ogółem [g] 284,4 Sól [g] 6,2 Sacharoza [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Sód [mg] 2 692,1</p>
	Rehabilit. Podstawa Poddębice	<p>kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) marmolada owocowa 30 g szynka poledwicowa 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml</p>	<p>zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny panierowany pieczony 80 g (GLUTEN, RYBY) sos grecki z warzywami (marchewka, seler, pietruszka) 100 g (GLUTEN, SELER) surówka z kiszzonej kapusty 120 g (GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml</p>		<p>poledwica drobiowa z wieprzowiną 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) kielbasa podwawelska 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) musztarda 15 g (GORCZYCA) papryka świeża 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 1 890,6 Białko ogółem [g] 63,5 Tłuszcz [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 278,2 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 16,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Sód [mg] 2 239,5</p>
2026-06-19 piątek	Zoll Podstawa Poddębice	<p>kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) marmolada owocowa 30 g szynka poledwicowa 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) ogórek zielony 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml</p>	<p>zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny panierowany pieczony 80 g (GLUTEN, RYBY) sos grecki z warzywami (marchewka, seler, pietruszka) 100 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml surówka z kiszzonej kapusty 120 g (GORCZYCA)</p>		<p>poledwica drobiowa z wieprzowiną 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) kielbasa podwawelska 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) musztarda 15 g (GORCZYCA) papryka świeża 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 1 883,3 Białko ogółem [g] 63,2 Tłuszcz [g] 63,8 Węglowodany ogółem [g] 276,7 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 16,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Sód [mg] 2 240,8</p>
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	<p>kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (MLEKO) szynka poledwicowa 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml</p>	<p>Jajko gotowane 50 g (JAJA) masło (2) 10 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN)</p>	<p>zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny panierowany pieczony 80 g (GLUTEN, RYBY) sos grecki z warzywami (marchewka, seler, pietruszka) 100 g (GLUTEN, SELER) surówka z kiszzonej kapusty 120 g (GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml</p>	<p>jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)</p>	<p>poledwica drobiowa z wieprzowiną 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) kielbasa podwawelska 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) musztarda 15 g (GORCZYCA) papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] 2 194,3 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 86,3 Węglowodany ogółem [g] 272,7 Sól [g] 6,7 Sacharoza [g] 10,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Sód [mg] 2 689,2</p>

2026-06-19 piątek	Zoll Cukrzyca Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (MLEKO) szynka poledwiczna 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) ogórek zielony 30 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) masło (2) 10 g (MLEKO)	zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny panierowany pieczony 80 g (GLUTEN, RYBY) sos grecki z warzywami (marchewka, seler, pietruszka) 100 g (GLUTEN, SELER) surówka z kiszzonej kapusty 120 g (GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	poledwica drobiowa z wieprzowina 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) kielbasa podwawelska 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) musztarda 15 g (GORCZYCA) papryka świeża 30 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 183,2 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 270,4 Sól [g] 6,7 Sacharoza [g] 10,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Sód [mg] 2 686,8
	Rehabilit. Podstawa Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) poledwica z warzywami 25 g blok drobiowy 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kapusta gotowana z mięsem 300 g (SELER) napój owocowy malinowy 250 ml		pasta z makreli 50 g (JAJA, RYBY, MLEKO) poledwica sopočka wieprzowa 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka konserwowa 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 021,5 Białko ogółem [g] 73,7 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 274,1 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 11,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Sód [mg] 2 190,2
	Zoll Podstawa Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) poledwica z warzywami 25 g blok drobiowy 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kapusta gotowana z mięsem 300 g (SELER) napój owocowy malinowy 250 ml		pasta z makreli 50 g (JAJA, RYBY, MLEKO) poledwica sopočka wieprzowa 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka konserwowa 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 021,5 Białko ogółem [g] 73,7 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 274,1 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 11,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Sód [mg] 2 190,2
2026-06-20 sobota	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) poledwica z warzywami 25 g blok drobiowy 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) masło (2) 10 g (MLEKO)	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	soczek owocowo-warzywny 200 ml	poledwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka konserwowa 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 232,3 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 291,6 Sól [g] 5,3 Sacharoza [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Sód [mg] 2 227,7
	Zoll Podstawa Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) poledwica z warzywami 25 g blok drobiowy 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kapusta gotowana z mięsem 300 g (SELER) napój owocowy malinowy 250 ml		pastryka konserwowa 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 021,5 Białko ogółem [g] 73,7 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 274,1 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 11,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Sód [mg] 2 190,2

2026-06-20 sobota	Zoll Cukrzyca Poddębice	<p>placki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) polędwica z warzywami 25 g blok drobiowy 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml</p>	<p>Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) masło (2) 10 g (MLEKO)</p>	<p>zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml</p>	<p>soczek owocowo-warzywny 200 ml</p>	<p>polędwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) polędwica sopočka wieprzowa 25 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka konserwowa 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 2 263,6 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 291,8 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Sód [mg] 2 380,2</p>
2026-06-21 niedziela	Rehabilit. Podstawa Poddębice	<p>ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (2) 25 g (MLEKO) kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml</p>		<p>zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) udko z kurczaka pieczone 130 g ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml</p>		<p>pasztet wieprz.-drob. z blachy 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) rzodkiewka 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 1 932,1 Białko ogółem [g] 77,1 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 255,7 Sól [g] 4,8 Sacharoza [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Sód [mg] 1 920,3</p>
	Zoll Podstawa Poddębice	<p>ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (2) 25 g (MLEKO) kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml</p>		<p>zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) udko z kurczaka pieczone 130 g ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml</p>		<p>pasztet wieprz.-drob. z blachy 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) rzodkiewka 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata 250 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 1 925,9 Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 254,3 Sól [g] 4,8 Sacharoza [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Sód [mg] 1 917,3</p>
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	<p>ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (2) 25 g (MLEKO) kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml</p>	<p>mus jabłkowy 100 g Chrupki kukurydziane 30 g</p>	<p>zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml</p>	<p>sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 150 g</p>	<p>polędwica drobiowa z wieprzowiną 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jajko gotowane 50 g (JAJA) rzodkiewka 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 2 262,7 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 280,1 Sól [g] 4,6 Sacharoza [g] 21,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Sód [mg] 1 853,2</p>

2026-06-21 niedziela	Zoll Cukrzyca Poddeńce	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (2) 25 g (MLEKO) kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 20 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	mus jabłkowy 100 g Chrupki kukurydziane 30 g	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z pomidora i salaty z pestkami dyni 150 g	połędwica drobiowa z wieprzowiną 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jajko gotowane 50 g (JAJA) rzodkiewka 30 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 120 g (GLUTEN) masło (2) 20 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 344,2 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 298,9 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 21,9 Błonnik pokarmowy [g] 35 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Sód [mg] 1 991,2
----------------------	------------------------	--	---	--	---	---	--