

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-04-07 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2372.33 kcal; Białko ogółem: 77.48 g; Tłuszcz ogółem: 46.40 g; Węglowodany ogółem: 365.62 g; Kw. tł. nasycone: 16.63 g; Sól: 4.76 g; Sód: 1261.15 mg; Błonnik: 39.75 g; W tym cukry: 77.39 g; WW: 36.58 Por; Potas: 2798.38 mg; Wapń: 626.09 mg; Fosfor: 1324.82 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 338.27 mg;

poniedziałek 2025-04-07 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2091.13 kcal; Białko ogółem: 80.12 g; Tłuszcz ogółem: 45.88 g; Węglowodany ogółem: 310.12 g; Kw. tł. nasycone: 14.47 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1300.95 mg; Błonnik: 38.95 g; W tym cukry: 41.78 g; WW: 31.08 Por; Potas: 2663.98 mg; Wapń: 624.89 mg; Fosfor: 1395.32 mg; Żelazo: 9.67 mg; Magnez: 366.77 mg;

poniedziałek 2025-04-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2032.45 kcal; Białko ogółem: 70.91 g; Tłuszcz ogółem: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 313.73 g; Kw. tł. nasycone: 11.87 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1071.32 mg; Błonnik: 21.60 g; W tym cukry: 56.52 g; WW: 31.57 Por; Potas: 2269.78 mg; Wapń: 571.79 mg; Fosfor: 937.21 mg; Żelazo: 5.97 mg; Magnez: 152.86 mg;

poniedziałek 2025-04-07 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1919.17 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 37.51 g; Węglowodany ogółem: 295.19 g; Kw. tł. nasycone: 9.69 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1071.32 mg; Błonnik: 21.60 g; W tym cukry: 56.52 g; WW: 29.67 Por; Potas: 2269.78 mg; Wapń: 571.79 mg; Fosfor: 937.21 mg; Żelazo: 5.97 mg; Magnez: 152.86 mg;

poniedziałek 2025-04-07 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1915.57 kcal; Białko ogółem: 46.83 g; Tłuszcz ogółem: 42.08 g; Węglowodany ogółem: 287.73 g; Kw. tł. nasycone: 10.91 g; Sól: 2.21 g; Sód: 291.32 mg; Błonnik: 25.40 g; W tym cukry: 52.52 g; WW: 28.87 Por; Potas: 1989.28 mg; Wapń: 494.79 mg; Fosfor: 675.71 mg; Żelazo: 3.67 mg; Magnez: 112.36 mg;

poniedziałek 2025-04-07 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.96 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-04-07Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem (papka) 300g (<i>SO2</i>), Twaróg (papka) 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną (papka) 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jabłko gotowane (papka) 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.51 kcal; Białko ogółem: 74.87 g; Tłuszcz ogółem: 23.00 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; Kw. tł. nasycone: 11.64 g; Sól: 4.07 g; Sód: 1087.60 mg; Błonnik: 24.77 g; W tym cukry: 56.82 g; WW: 31.14 Por; Potas: 2282.29 mg; Wapń: 605.87 mg; Fosfor: 960.92 mg; Żelazo: 6.53 mg; Magnez: 164.11 mg;

poniedziałek 2025-04-07Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 200g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2430.90 kcal; Białko ogółem: 107.06 g; Tłuszcz ogółem: 67.96 g; Węglowodany ogółem: 302.82 g; Kw. tł. nasycone: 29.64 g; Sól: 4.93 g; Sód: 1380.31 mg; Błonnik: 21.65 g; W tym cukry: 63.02 g; WW: 30.45 Por; Potas: 2500.20 mg; Wapń: 759.07 mg; Fosfor: 1366.76 mg; Żelazo: 6.47 mg; Magnez: 173.07 mg;

poniedziałek 2025-04-07Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1839.23 kcal; Białko ogółem: 70.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 268.13 g; Kw. tł. nasycone: 9.81 g; Sól: 3.95 g; Sód: 989.34 mg; Błonnik: 14.86 g; W tym cukry: 36.85 g; WW: 26.95 Por; Potas: 1819.91 mg; Wapń: 530.93 mg; Fosfor: 894.19 mg; Żelazo: 5.07 mg; Magnez: 133.21 mg;

poniedziałek 2025-04-07Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 150g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1822.44 kcal; Białko ogółem: 67.66 g; Tłuszcz ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 254.23 g; Kw. tł. nasycone: 10.12 g; Sól: 2.15 g; Sód: 242.95 mg; Błonnik: 22.82 g; W tym cukry: 44.33 g; WW: 25.53 Por; Potas: 1791.72 mg; Wapń: 313.89 mg; Fosfor: 731.63 mg; Żelazo: 3.78 mg; Magnez: 95.50 mg;

poniedziałek 2025-04-07Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1724.65 kcal; Białko ogółem: 43.05 g; Tłuszcz ogółem: 52.36 g; Węglowodany ogółem: 277.22 g; Kw. tł. nasycone: 8.40 g; Sól: 5.81 g; Sód: 1021.56 mg; Błonnik: 20.24 g; W tym cukry: 40.28 g; WW: 27.88 Por; Potas: 1833.05 mg; Wapń: 131.51 mg; Fosfor: 425.43 mg; Żelazo: 6.01 mg; Magnez: 118.34 mg;

poniedziałek 2025-04-07Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.16 kcal; Białko ogółem: 74.70 g; Tłuszcz ogółem: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 310.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.84 g; Sól: 3.84 g; Sód: 1465.14 mg; Błonnik: 34.29 g; W tym cukry: 53.71 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2542.84 mg; Wapń: 918.55 mg; Fosfor: 1449.50 mg; Żelazo: 8.02 mg; Magnez: 315.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-04-07			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.57 kcal; Białko ogółem: 70.78 g; Tłuszcz ogółem: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 304.98 g; Kw. tł. nasycone: 11.84 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1071.32 mg; Błonnik: 21.60 g; W tym cukry: 56.52 g; WW: 30.67 Por; Potas: 2269.78 mg; Wapń: 571.79 mg; Fosfor: 937.21 mg; Żelazo: 5.97 mg; Magnez: 152.86 mg;

poniedziałek 2025-04-07			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą manną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,		Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2263.23 kcal; Białko ogółem: 111.88 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 346.83 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.11 g; Sód: 440.74 mg; Błonnik: 26.58 g; W tym cukry: 66.41 g; WW: 34.99 Por; Potas: 4698.66 mg; Wapń: 207.53 mg; Fosfor: 1400.52 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 304.86 mg;

poniedziałek 2025-04-07			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.57 kcal; Białko ogółem: 70.78 g; Tłuszcz ogółem: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 304.98 g; Kw. tł. nasycone: 11.84 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1071.32 mg; Błonnik: 21.60 g; W tym cukry: 56.52 g; WW: 30.67 Por; Potas: 2269.78 mg; Wapń: 571.79 mg; Fosfor: 937.21 mg; Żelazo: 5.97 mg; Magnez: 152.86 mg;

poniedziałek 2025-04-07			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1914.76 kcal; Białko ogółem: 74.71 g; Tłuszcz ogółem: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 294.62 g; Kw. tł. nasycone: 10.30 g; Sól: 3.78 g; Sód: 1071.32 mg; Błonnik: 21.60 g; W tym cukry: 56.56 g; WW: 29.63 Por; Potas: 2269.78 mg; Wapń: 571.79 mg; Fosfor: 937.21 mg; Żelazo: 5.97 mg; Magnez: 152.86 mg;

poniedziałek 2025-04-07			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Herbata b/c 250ml ,		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.17 kcal; Białko ogółem: 83.58 g; Tłuszcz ogółem: 45.89 g; Węglowodany ogółem: 304.52 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 4.97 g; Sód: 1350.42 mg; Błonnik: 39.68 g; W tym cukry: 43.96 g; WW: 30.58 Por; Potas: 2742.88 mg; Wapń: 645.49 mg; Fosfor: 1375.46 mg; Żelazo: 9.92 mg; Magnez: 373.61 mg;

poniedziałek 2025-04-07			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyunka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1634.74 kcal; Białko ogółem: 29.11 g; Tłuszcz ogółem: 54.56 g; Węglowodany ogółem: 258.90 g; Kw. tł. nasycone: 9.25 g; Sól: 3.26 g; Sód: 149.86 mg; Błonnik: 24.61 g; W tym cukry: 37.56 g; WW: 26.00 Por; Potas: 1575.45 mg; Wapń: 97.01 mg; Fosfor: 255.23 mg; Żelazo: 3.48 mg; Magnez: 76.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-04-08 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2625.64 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; Tłuszcz ogółem: 72.48 g; Węglowodany ogółem: 319.87 g; Kw. tł. nasycone: 26.42 g; Sól: 6.79 g; Sód: 2228.49 mg; Błonnik: 35.23 g; W tym cukry: 72.44 g; WW: 32.16 Por; Potas: 3870.48 mg; Wapń: 582.09 mg; Fosfor: 1218.81 mg; Żelazo: 14.52 mg; Magnez: 350.04 mg;

wtorek 2025-04-08 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2289.34 kcal; Białko ogółem: 91.51 g; Tłuszcz ogółem: 68.77 g; Węglowodany ogółem: 284.09 g; Kw. tł. nasycone: 24.18 g; Sól: 6.77 g; Sód: 2258.64 mg; Błonnik: 36.77 g; W tym cukry: 61.05 g; WW: 28.63 Por; Potas: 4273.78 mg; Wapń: 881.99 mg; Fosfor: 1516.81 mg; Żelazo: 15.67 mg; Magnez: 411.04 mg;

wtorek 2025-04-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2332.63 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz ogółem: 62.39 g; Węglowodany ogółem: 319.07 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1317.68 mg; Błonnik: 23.53 g; W tym cukry: 59.05 g; WW: 32.17 Por; Potas: 3689.02 mg; Wapń: 305.79 mg; Fosfor: 859.49 mg; Żelazo: 12.22 mg; Magnez: 273.39 mg;

wtorek 2025-04-08 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2148.73 kcal; Białko ogółem: 86.75 g; Tłuszcz ogółem: 62.07 g; Węglowodany ogółem: 289.53 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1317.68 mg; Błonnik: 23.53 g; W tym cukry: 59.05 g; WW: 29.17 Por; Potas: 3689.02 mg; Wapń: 305.79 mg; Fosfor: 859.49 mg; Żelazo: 12.22 mg; Magnez: 273.39 mg;

wtorek 2025-04-08 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1952.03 kcal; Białko ogółem: 58.44 g; Tłuszcz ogółem: 61.47 g; Węglowodany ogółem: 247.41 g; Kw. tł. nasycone: 18.58 g; Sól: 2.19 g; Sód: 445.43 mg; Błonnik: 24.91 g; W tym cukry: 44.08 g; WW: 24.90 Por; Potas: 3465.02 mg; Wapń: 275.79 mg; Fosfor: 711.49 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 237.39 mg;

wtorek 2025-04-08 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biskoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2463.21 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz ogółem: 74.72 g; Węglowodany ogółem: 321.23 g; Kw. tł. nasycone: 25.30 g; Sól: 1.67 g; Sód: 572.27 mg; Błonnik: 21.56 g; W tym cukry: 105.71 g; WW: 32.41 Por; Potas: 4290.89 mg; Wapń: 902.02 mg; Fosfor: 1617.75 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 339.39 mg;

wtorek 2025-04-08Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z zieleciną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami (papka) 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze (papka) 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jablko gotowane (papka) 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.39 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz ogółem: 52.78 g; Węglowodany ogółem: 292.80 g; Kw. tł. nasycone: 20.97 g; Sól: 4.52 g; Sód: 1280.26 mg; Błonnik: 24.15 g; W tym cukry: 51.36 g; WW: 29.53 Por; Potas: 3290.43 mg; Wapń: 296.87 mg; Fosfor: 861.55 mg; Żelazo: 10.96 mg; Magnez: 265.89 mg;

wtorek 2025-04-08Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jablko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2542.30 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz ogółem: 83.05 g; Węglowodany ogółem: 304.97 g; Kw. tł. nasycone: 32.76 g; Sól: 4.93 g; Sód: 1540.57 mg; Błonnik: 24.33 g; W tym cukry: 65.99 g; WW: 30.71 Por; Potas: 3783.22 mg; Wapń: 384.19 mg; Fosfor: 1044.89 mg; Żelazo: 12.42 mg; Magnez: 281.99 mg;

wtorek 2025-04-08Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jablko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1885.14 kcal; Białko ogółem: 72.67 g; Tłuszcz ogółem: 50.18 g; Węglowodany ogółem: 245.56 g; Kw. tł. nasycone: 16.15 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1172.39 mg; Błonnik: 19.22 g; W tym cukry: 41.10 g; WW: 24.73 Por; Potas: 3339.00 mg; Wapń: 278.83 mg; Fosfor: 837.75 mg; Żelazo: 11.04 mg; Magnez: 259.67 mg;

wtorek 2025-04-08Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło b/mąki 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jablko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2232.40 kcal; Białko ogółem: 74.76 g; Tłuszcz ogółem: 74.28 g; Węglowodany ogółem: 272.16 g; Kw. tł. nasycone: 24.90 g; Sól: 3.11 g; Sód: 626.63 mg; Błonnik: 24.32 g; W tym cukry: 55.72 g; WW: 27.34 Por; Potas: 3483.32 mg; Wapń: 562.09 mg; Fosfor: 945.59 mg; Żelazo: 10.06 mg; Magnez: 250.94 mg;

wtorek 2025-04-08Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jablko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1938.20 kcal; Białko ogółem: 73.61 g; Tłuszcz ogółem: 70.46 g; Węglowodany ogółem: 264.58 g; Kw. tł. nasycone: 12.48 g; Sól: 4.80 g; Sód: 1182.89 mg; Błonnik: 23.86 g; W tym cukry: 46.46 g; WW: 26.70 Por; Potas: 3769.20 mg; Wapń: 295.66 mg; Fosfor: 874.98 mg; Żelazo: 12.96 mg; Magnez: 291.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-04-08			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo k.l.M 1szt (<i>JAJ</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2174.03 kcal; Białko ogółem: 62.48 g; Tłuszcz ogółem: 67.42 g; Węglowodany ogółem: 297.00 g; Kw. tł. nasycone: 21.47 g; Sól: 4.75 g; Sód: 1292.56 mg; Błonnik: 35.15 g; W tym cukry: 60.81 g; WW: 29.79 Por; Potas: 3505.14 mg; Wapń: 334.57 mg; Fosfor: 707.73 mg; Żelazo: 13.29 mg; Magnez: 282.39 mg;

wtorek 2025-04-08			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Szpinak na ciepło b/soli 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2258.08 kcal; Białko ogółem: 85.92 g; Tłuszcz ogółem: 62.43 g; Węglowodany ogółem: 300.50 g; Kw. tł. nasycone: 21.54 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1324.83 mg; Błonnik: 24.05 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.29 Por; Potas: 3728.17 mg; Wapń: 310.59 mg; Fosfor: 866.39 mg; Żelazo: 12.31 mg; Magnez: 275.78 mg;

wtorek 2025-04-08			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,			Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1900.03 kcal; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 289.83 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.96 g; Sód: 375.12 mg; Błonnik: 18.63 g; W tym cukry: 88.65 g; WW: 29.26 Por; Potas: 3660.58 mg; Wapń: 155.92 mg; Fosfor: 1120.50 mg; Żelazo: 6.23 mg; Magnez: 241.82 mg;

wtorek 2025-04-08			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Szpinak na ciepło b/soli 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2258.08 kcal; Białko ogółem: 85.92 g; Tłuszcz ogółem: 62.43 g; Węglowodany ogółem: 300.50 g; Kw. tł. nasycone: 21.54 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1324.83 mg; Błonnik: 24.05 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.29 Por; Potas: 3728.17 mg; Wapń: 310.59 mg; Fosfor: 866.39 mg; Żelazo: 12.31 mg; Magnez: 275.78 mg;

wtorek 2025-04-08			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2178.73 kcal; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz ogółem: 61.57 g; Węglowodany ogółem: 299.23 g; Kw. tł. nasycone: 20.98 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1317.68 mg; Błonnik: 23.53 g; W tym cukry: 59.05 g; WW: 30.17 Por; Potas: 3689.02 mg; Wapń: 305.79 mg; Fosfor: 859.49 mg; Żelazo: 12.22 mg; Magnez: 273.39 mg;

wtorek 2025-04-08			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jabłko gotowane 150g ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2228.01 kcal; Białko ogółem: 90.78 g; Tłuszcz ogółem: 62.63 g; Węglowodany ogółem: 282.57 g; Kw. tł. nasycone: 20.36 g; Sól: 5.96 g; Sód: 1577.04 mg; Błonnik: 35.40 g; W tym cukry: 58.74 g; WW: 28.51 Por; Potas: 4449.67 mg; Wapń: 631.48 mg; Fosfor: 1345.69 mg; Żelazo: 15.68 mg; Magnez: 401.60 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-04-08		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło b/mąki 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ , GOR), Cukinia duszona na ciepło 100g ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1868.35 kcal; Białko ogółem: 55.73 g; Tłuszcz ogółem: 77.27 g; Węglowodany ogółem: 242.55 g; Kw. tł. nasycone: 12.72 g; Sól: 2.53 g; Sód: 275.19 mg; Błonnik: 24.82 g; W tym cukry: 42.33 g; WW: 24.41 Por; Potas: 3075.25 mg; Wapń: 229.96 mg; Fosfor: 613.03 mg; Żelazo: 9.54 mg; Magnez: 213.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z kielbasą 250g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2106.86 kcal; Białko ogółem: 68.18 g; Tłuszcz ogółem: 37.74 g; Węglowodany ogółem: 322.64 g; Kw. tł. nasycone: 12.68 g; Sól: 5.94 g; Sód: 1977.09 mg; Błonnik: 43.41 g; W tym cukry: 92.90 g; WW: 32.26 Por; Potas: 3193.24 mg; Wapń: 687.34 mg; Fosfor: 972.72 mg; Żelazo: 10.49 mg; Magnez: 275.04 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z kielbasą 250g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1900.66 kcal; Białko ogółem: 71.42 g; Tłuszcz ogółem: 37.82 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 6.04 g; Sód: 2019.89 mg; Błonnik: 45.61 g; W tym cukry: 71.84 g; WW: 28.56 Por; Potas: 3259.84 mg; Wapń: 692.14 mg; Fosfor: 1056.72 mg; Żelazo: 11.49 mg; Magnez: 308.04 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Rukola 20g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.07 kcal; Białko ogółem: 74.77 g; Tłuszcz ogółem: 43.20 g; Węglowodany ogółem: 329.65 g; Kw. tł. nasycone: 12.17 g; Sól: 3.10 g; Sód: 1152.67 mg; Błonnik: 26.97 g; W tym cukry: 82.10 g; WW: 33.31 Por; Potas: 3122.16 mg; Wapń: 534.18 mg; Fosfor: 873.50 mg; Żelazo: 8.17 mg; Magnez: 205.89 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1975.74 kcal; Białko ogółem: 75.77 g; Tłuszcz ogółem: 43.78 g; Węglowodany ogółem: 290.29 g; Kw. tł. nasycone: 10.38 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1170.57 mg; Błonnik: 29.54 g; W tym cukry: 59.01 g; WW: 29.30 Por; Potas: 3671.96 mg; Wapń: 566.13 mg; Fosfor: 921.30 mg; Żelazo: 9.42 mg; Magnez: 225.29 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1801.44 kcal; Białko ogółem: 50.74 g; Tłuszcz ogółem: 45.25 g; Węglowodany ogółem: 256.58 g; Kw. tł. nasycone: 9.72 g; Sól: 0.92 g; Sód: 311.07 mg; Błonnik: 30.74 g; W tym cukry: 44.36 g; WW: 25.87 Por; Potas: 3111.46 mg; Wapń: 241.13 mg; Fosfor: 559.30 mg; Żelazo: 7.07 mg; Magnez: 161.29 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2211.57 kcal; Białko ogółem: 98.50 g; Tłuszcz ogółem: 59.19 g; Węglowodany ogółem: 331.87 g; Kw. tł. nasycone: 17.31 g; Sól: 1.54 g; Sód: 577.19 mg; Błonnik: 19.52 g; W tym cukry: 118.86 g; WW: 33.49 Por; Potas: 4270.55 mg; Wapń: 867.18 mg; Fosfor: 1444.57 mg; Żelazo: 6.90 mg; Magnez: 286.87 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1934.93 kcal; Białko ogółem: 77.73 g; Tłuszcz ogółem: 33.70 g; Węglowodany ogółem: 292.30 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 4.08 g; Sód: 1085.44 mg; Błonnik: 28.95 g; W tym cukry: 50.25 g; WW: 29.60 Por; Potas: 3359.02 mg; Wapń: 574.53 mg; Fosfor: 892.89 mg; Żelazo: 9.75 mg; Magnez: 223.25 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.34 kcal; Białko ogółem: 100.62 g; Tłuszcz ogółem: 71.15 g; Węglowodany ogółem: 295.47 g; Kw. tł. nasycone: 28.47 g; Sól: 3.82 g; Sód: 1452.17 mg; Błonnik: 29.54 g; W tym cukry: 63.47 g; WW: 29.82 Por; Potas: 3824.56 mg; Wapń: 693.13 mg; Fosfor: 1222.10 mg; Żelazo: 9.74 mg; Magnez: 239.09 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 50g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1657.06 kcal; Białko ogółem: 62.34 g; Tłuszcz ogółem: 33.05 g; Węglowodany ogółem: 237.60 g; Kw. tł. nasycone: 8.89 g; Sól: 2.68 g; Sód: 1013.10 mg; Błonnik: 19.68 g; W tym cukry: 31.70 g; WW: 23.98 Por; Potas: 2671.14 mg; Wapń: 207.18 mg; Fosfor: 619.89 mg; Żelazo: 7.54 mg; Magnez: 165.55 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/glutenowy 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1790.11 kcal; Białko ogółem: 62.46 g; Tłuszcz ogółem: 45.08 g; Węglowodany ogółem: 242.17 g; Kw. tł. nasycone: 9.17 g; Sól: 0.92 g; Sód: 308.00 mg; Błonnik: 30.39 g; W tym cukry: 46.23 g; WW: 24.42 Por; Potas: 3165.40 mg; Wapń: 281.62 mg; Fosfor: 637.45 mg; Żelazo: 6.98 mg; Magnez: 162.76 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1908.52 kcal; Białko ogółem: 68.50 g; Tłuszcz ogółem: 64.91 g; Węglowodany ogółem: 276.71 g; Kw. tł. nasycone: 12.59 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1176.65 mg; Błonnik: 27.92 g; W tym cukry: 47.39 g; WW: 27.97 Por; Potas: 3442.38 mg; Wapń: 254.87 mg; Fosfor: 719.86 mg; Żelazo: 9.76 mg; Magnez: 203.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Łazanki z kiszanej i białej kapusty z cieciorą 300g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1907.25 kcal; Białko ogółem: 51.61 g; Tłuszcz ogółem: 44.76 g; Węglowodany ogółem: 284.66 g; Kw. tł. nasycone: 18.85 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1345.38 mg; Błonnik: 38.16 g; W tym cukry: 63.28 g; WW: 28.44 Por; Potas: 2496.88 mg; Wapń: 660.91 mg; Fosfor: 867.87 mg; Żelazo: 7.66 mg; Magnez: 221.61 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/glutenowy 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.13 kcal; Białko ogółem: 73.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.51 g; Węglowodany ogółem: 296.93 g; Kw. tł. nasycone: 12.23 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1144.36 mg; Błonnik: 28.99 g; W tym cukry: 58.92 g; WW: 29.99 Por; Potas: 3646.49 mg; Wapń: 566.37 mg; Fosfor: 908.96 mg; Żelazo: 9.25 mg; Magnez: 221.88 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.18 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 352.01 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.10 g; Sód: 435.34 mg; Błonnik: 27.27 g; W tym cukry: 71.43 g; WW: 35.50 Por; Potas: 4688.06 mg; Wapń: 192.28 mg; Fosfor: 1391.42 mg; Żelazo: 8.55 mg; Magnez: 299.56 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.13 kcal; Białko ogółem: 73.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.51 g; Węglowodany ogółem: 296.93 g; Kw. tł. nasycone: 12.23 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1144.36 mg; Błonnik: 28.99 g; W tym cukry: 58.92 g; WW: 29.99 Por; Potas: 3646.49 mg; Wapń: 566.37 mg; Fosfor: 908.96 mg; Żelazo: 9.25 mg; Magnez: 221.88 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2005.74 kcal; Białko ogółem: 74.67 g; Tłuszcz ogółem: 43.28 g; Węglowodany ogółem: 299.99 g; Kw. tł. nasycone: 11.98 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1170.57 mg; Błonnik: 29.54 g; W tym cukry: 59.01 g; WW: 30.30 Por; Potas: 3671.96 mg; Wapń: 566.13 mg; Fosfor: 921.30 mg; Żelazo: 9.42 mg; Magnez: 225.29 mg;

środa 2025-04-09 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2059.92 kcal; Białko ogółem: 82.77 g; Tłuszcz ogółem: 46.28 g; Węglowodany ogółem: 297.18 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1436.27 mg; Błonnik: 43.87 g; W tym cukry: 62.20 g; WW: 30.00 Por; Potas: 4195.36 mg; Wapń: 606.23 mg; Fosfor: 1210.55 mg; Żelazo: 13.03 mg; Magnez: 341.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-04-09		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/glutenowy 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1793.88 kcal; Białko ogółem: 49.67 g; Tłuszcz ogółem: 69.17 g; Węglowodany ogółem: 251.61 g; Kw. tł. nasycone: 12.86 g; Sól: 1.71 g; Sód: 279.66 mg; Błonnik: 31.63 g; W tym cukry: 44.57 g; WW: 25.39 Por; Potas: 3152.95 mg; Wapń: 219.60 mg; Fosfor: 532.23 mg; Żelazo: 6.97 mg; Magnez: 157.40 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-04-10 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2464.06 kcal; Białko ogółem: 76.70 g; Tłuszcz ogółem: 67.84 g; Węglowodany ogółem: 336.45 g; Kw. tł. nasycone: 17.54 g; Sól: 6.14 g; Sód: 2355.70 mg; Błonnik: 35.44 g; W tym cukry: 67.57 g; WW: 33.69 Por; Potas: 3080.79 mg; Wapń: 788.34 mg; Fosfor: 1372.65 mg; Żelazo: 10.87 mg; Magnez: 367.20 mg;

czwartek 2025-04-10 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2168.92 kcal; Białko ogółem: 77.94 g; Tłuszcz ogółem: 67.69 g; Węglowodany ogółem: 277.98 g; Kw. tł. nasycone: 15.18 g; Sól: 6.91 g; Sód: 2377.30 mg; Błonnik: 38.67 g; W tym cukry: 52.17 g; WW: 27.87 Por; Potas: 3017.49 mg; Wapń: 775.34 mg; Fosfor: 1388.85 mg; Żelazo: 10.98 mg; Magnez: 382.40 mg;

czwartek 2025-04-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2218.82 kcal; Białko ogółem: 69.12 g; Tłuszcz ogółem: 51.73 g; Węglowodany ogółem: 327.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.90 g; Sól: 3.06 g; Sód: 1120.31 mg; Błonnik: 19.13 g; W tym cukry: 43.15 g; WW: 32.99 Por; Potas: 2369.48 mg; Wapń: 537.08 mg; Fosfor: 925.46 mg; Żelazo: 7.78 mg; Magnez: 186.51 mg;

czwartek 2025-04-10 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.65 kcal; Białko ogółem: 70.15 g; Tłuszcz ogółem: 51.52 g; Węglowodany ogółem: 306.48 g; Kw. tł. nasycone: 9.77 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1119.11 mg; Błonnik: 18.84 g; W tym cukry: 42.85 g; WW: 30.86 Por; Potas: 2329.28 mg; Wapń: 529.88 mg; Fosfor: 919.16 mg; Żelazo: 7.57 mg; Magnez: 183.81 mg;

czwartek 2025-04-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2106.05 kcal; Białko ogółem: 54.51 g; Tłuszcz ogółem: 58.44 g; Węglowodany ogółem: 300.87 g; Kw. tł. nasycone: 12.38 g; Sól: 1.17 g; Sód: 361.11 mg; Błonnik: 22.64 g; W tym cukry: 40.45 g; WW: 30.26 Por; Potas: 2105.28 mg; Wapń: 499.88 mg; Fosfor: 771.16 mg; Żelazo: 5.37 mg; Magnez: 147.81 mg;

czwartek 2025-04-10 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.81 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz ogółem: 64.82 g; Węglowodany ogółem: 267.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.39 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.96 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-04-10Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem (papka) 300g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dyńa duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2153.32 kcal; Białko ogółem: 73.15 g; Tłuszcz ogółem: 43.71 g; Węglowodany ogółem: 333.89 g; Kw. tł. nasycone: 11.85 g; Sól: 3.08 g; Sód: 1096.64 mg; Błonnik: 21.25 g; W tym cukry: 60.53 g; WW: 33.66 Por; Potas: 2445.90 mg; Wapń: 564.33 mg; Fosfor: 935.75 mg; Żelazo: 8.06 mg; Magnez: 191.92 mg;

czwartek 2025-04-10Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 100g (<i>MLE</i>), Dyńa duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2430.87 kcal; Białko ogółem: 102.16 g; Tłuszcz ogółem: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 319.97 g; Kw. tł. nasycone: 15.35 g; Sól: 3.43 g; Sód: 1244.65 mg; Błonnik: 19.50 g; W tym cukry: 51.03 g; WW: 32.21 Por; Potas: 2755.55 mg; Wapń: 737.57 mg; Fosfor: 1325.75 mg; Żelazo: 8.56 mg; Magnez: 219.35 mg;

czwartek 2025-04-10Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dyńa duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1804.05 kcal; Białko ogółem: 55.71 g; Tłuszcz ogółem: 46.04 g; Węglowodany ogółem: 255.92 g; Kw. tł. nasycone: 7.06 g; Sól: 2.76 g; Sód: 998.11 mg; Błonnik: 17.54 g; W tym cukry: 30.45 g; WW: 25.76 Por; Potas: 1890.28 mg; Wapń: 217.88 mg; Fosfor: 640.66 mg; Żelazo: 6.62 mg; Magnez: 139.81 mg;

czwartek 2025-04-10Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Dyńa duszona 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2003.19 kcal; Białko ogółem: 57.56 g; Tłuszcz ogółem: 61.83 g; Węglowodany ogółem: 263.89 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 2.13 g; Sód: 360.98 mg; Błonnik: 22.10 g; W tym cukry: 41.25 g; WW: 26.55 Por; Potas: 2043.11 mg; Wapń: 502.11 mg; Fosfor: 735.68 mg; Żelazo: 4.72 mg; Magnez: 134.94 mg;

czwartek 2025-04-10Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Dyńa duszona 100g (<i>GLU</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1896.91 kcal; Białko ogółem: 64.49 g; Tłuszcz ogółem: 70.93 g; Węglowodany ogółem: 266.01 g; Kw. tł. nasycone: 11.64 g; Sól: 3.70 g; Sód: 1144.03 mg; Błonnik: 20.32 g; W tym cukry: 30.64 g; WW: 26.78 Por; Potas: 2165.76 mg; Wapń: 200.98 mg; Fosfor: 743.67 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 171.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-04-10			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i tofu 300g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2216.76 kcal; Białko ogółem: 64.04 g; Tłuszcz ogółem: 61.79 g; Węglowodany ogółem: 320.21 g; Kw. tł. nasycone: 12.62 g; Sól: 6.16 g; Sód: 1858.49 mg; Błonnik: 27.79 g; W tym cukry: 43.21 g; WW: 32.13 Por; Potas: 2459.25 mg; Wapń: 505.80 mg; Fosfor: 946.03 mg; Żelazo: 8.72 mg; Magnez: 263.72 mg;

czwartek 2025-04-10			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2147.52 kcal; Białko ogółem: 69.08 g; Tłuszcz ogółem: 51.84 g; Węglowodany ogółem: 316.15 g; Kw. tł. nasycone: 11.92 g; Sól: 3.06 g; Sód: 1117.54 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 42.80 g; WW: 31.85 Por; Potas: 2325.56 mg; Wapń: 529.39 mg; Fosfor: 918.54 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 183.57 mg;

czwartek 2025-04-10			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1779.63 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 262.69 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.94 g; Sód: 375.12 mg; Błonnik: 17.63 g; W tym cukry: 62.65 g; WW: 26.56 Por; Potas: 3660.58 mg; Wapń: 155.92 mg; Fosfor: 1120.50 mg; Żelazo: 6.23 mg; Magnez: 241.82 mg;

czwartek 2025-04-10			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2147.52 kcal; Białko ogółem: 69.08 g; Tłuszcz ogółem: 51.84 g; Węglowodany ogółem: 316.15 g; Kw. tł. nasycone: 11.92 g; Sól: 3.06 g; Sód: 1117.54 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 42.80 g; WW: 31.85 Por; Potas: 2325.56 mg; Wapń: 529.39 mg; Fosfor: 918.54 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 183.57 mg;

czwartek 2025-04-10			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.17 kcal; Białko ogółem: 68.99 g; Tłuszcz ogółem: 51.72 g; Węglowodany ogółem: 307.52 g; Kw. tł. nasycone: 11.89 g; Sól: 3.06 g; Sód: 1119.11 mg; Błonnik: 18.84 g; W tym cukry: 42.85 g; WW: 30.96 Por; Potas: 2329.28 mg; Wapń: 529.88 mg; Fosfor: 919.16 mg; Żelazo: 7.57 mg; Magnez: 183.81 mg;

czwartek 2025-04-10			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>),
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2164.95 kcal; Białko ogółem: 75.28 g; Tłuszcz ogółem: 64.73 g; Węglowodany ogółem: 284.08 g; Kw. tł. nasycone: 17.84 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1485.65 mg; Błonnik: 34.57 g; W tym cukry: 53.35 g; WW: 28.56 Por; Potas: 2857.84 mg; Wapń: 569.40 mg; Fosfor: 1184.44 mg; Żelazo: 10.49 mg; Magnez: 287.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-04-10		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1896.91 kcal; Białko ogółem: 64.49 g; Tłuszcz ogółem: 70.93 g; Węglowodany ogółem: 266.01 g; Kw. tł.
nasycone: 11.64 g; Sól: 3.70 g; Sód: 1144.03 mg; Błonnik: 20.32 g; W tym cukry: 30.64 g; WW: 26.78 Por; Potas: 2165.76 mg; Wapń: 200.98
mg; Fosfor: 743.67 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 171.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-04-11 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2595.21 kcal; Białko ogółem: 92.61 g; Tłuszcz ogółem: 48.30 g; Węglowodany ogółem: 404.82 g; Kw. tł. nasycone: 24.18 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1534.68 mg; Błonnik: 47.40 g; W tym cukry: 111.17 g; WW: 40.52 Por; Potas: 4308.14 mg; Wapń: 672.21 mg; Fosfor: 1348.69 mg; Żelazo: 13.25 mg; Magnez: 405.88 mg;

piątek 2025-04-11 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2127.23 kcal; Białko ogółem: 91.07 g; Tłuszcz ogółem: 44.30 g; Węglowodany ogółem: 312.25 g; Kw. tł. nasycone: 21.55 g; Sól: 4.21 g; Sód: 1558.53 mg; Błonnik: 47.49 g; W tym cukry: 59.95 g; WW: 31.20 Por; Potas: 3393.29 mg; Wapń: 648.87 mg; Fosfor: 1330.04 mg; Żelazo: 12.76 mg; Magnez: 359.07 mg;

piątek 2025-04-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2259.37 kcal; Białko ogółem: 79.66 g; Tłuszcz ogółem: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 364.27 g; Kw. tł. nasycone: 19.66 g; Sól: 3.40 g; Sód: 1300.82 mg; Błonnik: 26.35 g; W tym cukry: 90.13 g; WW: 36.80 Por; Potas: 3611.86 mg; Wapń: 593.39 mg; Fosfor: 955.84 mg; Żelazo: 9.47 mg; Magnez: 277.29 mg;

piątek 2025-04-11 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.17 kcal; Białko ogółem: 79.78 g; Tłuszcz ogółem: 40.20 g; Węglowodany ogółem: 340.50 g; Kw. tł. nasycone: 17.52 g; Sól: 3.28 g; Sód: 1257.02 mg; Błonnik: 25.42 g; W tym cukry: 86.12 g; WW: 34.32 Por; Potas: 3556.54 mg; Wapń: 563.51 mg; Fosfor: 961.30 mg; Żelazo: 8.31 mg; Magnez: 268.97 mg;

piątek 2025-04-11 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1844.67 kcal; Białko ogółem: 50.49 g; Tłuszcz ogółem: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 280.02 g; Kw. tł. nasycone: 15.50 g; Sól: 1.01 g; Sód: 384.42 mg; Błonnik: 28.38 g; W tym cukry: 71.40 g; WW: 28.20 Por; Potas: 2941.19 mg; Wapń: 230.01 mg; Fosfor: 551.05 mg; Żelazo: 5.58 mg; Magnez: 198.42 mg;

piątek 2025-04-11 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 2170.97 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz ogółem: 58.99 g; Węglowodany ogółem: 288.50 g; Kw. tł. nasycone: 16.73 g; Sól: 1.67 g; Sód: 573.44 mg; Błonnik: 16.32 g; W tym cukry: 89.31 g; WW: 29.16 Por; Potas: 3996.00 mg; Wapń: 856.13 mg; Fosfor: 1439.67 mg; Żelazo: 6.17 mg; Magnez: 278.62 mg;					
piątek 2025-04-11		Jadłospis dla diety: U. Papkowata			
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 50g ,		Zupa ziemniaczana (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna (papka) 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg (papka) 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Banan (papka) 1szt ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 2268.31 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 350.92 g; Kw. tł. nasycone: 19.92 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1274.51 mg; Błonnik: 26.25 g; W tym cukry: 82.85 g; WW: 35.42 Por; Potas: 3375.59 mg; Wapń: 568.95 mg; Fosfor: 960.76 mg; Żelazo: 8.05 mg; Magnez: 269.22 mg;					
piątek 2025-04-11		Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa			
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 2452.17 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz ogółem: 58.66 g; Węglowodany ogółem: 343.44 g; Kw. tł. nasycone: 29.63 g; Sól: 3.72 g; Sód: 1362.62 mg; Błonnik: 25.42 g; W tym cukry: 88.46 g; WW: 34.60 Por; Potas: 3637.54 mg; Wapń: 630.91 mg; Fosfor: 1122.10 mg; Żelazo: 8.47 mg; Magnez: 275.97 mg;					
piątek 2025-04-11		Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa			
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 1905.80 kcal; Białko ogółem: 68.21 g; Tłuszcz ogółem: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 291.56 g; Kw. tł. nasycone: 14.94 g; Sól: 2.86 g; Sód: 1085.43 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 67.85 g; WW: 29.37 Por; Potas: 2966.36 mg; Wapń: 231.36 mg; Fosfor: 675.85 mg; Żelazo: 7.35 mg; Magnez: 222.55 mg;					
piątek 2025-04-11		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa			
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 2103.59 kcal; Białko ogółem: 63.80 g; Tłuszcz ogółem: 43.29 g; Węglowodany ogółem: 321.53 g; Kw. tł. nasycone: 18.12 g; Sól: 1.39 g; Sód: 496.85 mg; Błonnik: 26.10 g; W tym cukry: 81.84 g; WW: 32.36 Por; Potas: 3088.64 mg; Wapń: 518.77 mg; Fosfor: 749.20 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 203.31 mg;					
piątek 2025-04-11		Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna			
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z zielonego groszku 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Salata masłowa 20g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 2szt (<i>JAJ</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 30g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-04-11Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Kotlec z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (GLU, JAJ), Marchewka gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2305.35 kcal; Białko ogółem: 63.97 g; Tłuszcz ogółem: 46.05 g; Węglowodany ogółem: 373.65 g; Kw. tł. nasycone: 19.91 g; Sól: 3.70 g; Sód: 1418.51 mg; Błonnik: 47.97 g; W tym cukry: 85.93 g; WW: 37.44 Por; Potas: 3905.53 mg; Wapń: 629.63 mg; Fosfor: 1272.53 mg; Żelazo: 11.85 mg; Magnez: 369.18 mg;

piątek 2025-04-11Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałata masłowa 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna b/soli 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos pomidorowy b/soli 60ml (GLU), Marchewka gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2214.99 kcal; Białko ogółem: 78.97 g; Tłuszcz ogółem: 40.57 g; Węglowodany ogółem: 346.82 g; Kw. tł. nasycone: 19.69 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1264.18 mg; Błonnik: 26.03 g; W tym cukry: 87.07 g; WW: 34.96 Por; Potas: 3502.38 mg; Wapń: 580.37 mg; Fosfor: 959.09 mg; Żelazo: 8.43 mg; Magnez: 269.28 mg;

piątek 2025-04-11Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2341.27 kcal; Białko ogółem: 111.07 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 366.98 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.09 g; Sód: 433.29 mg; Błonnik: 24.33 g; W tym cukry: 74.68 g; WW: 37.02 Por; Potas: 4489.86 mg; Wapń: 193.23 mg; Fosfor: 1388.12 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 296.56 mg;

piątek 2025-04-11Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałata masłowa 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna b/soli 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos pomidorowy b/soli 60ml (GLU), Marchewka gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2214.99 kcal; Białko ogółem: 78.97 g; Tłuszcz ogółem: 40.57 g; Węglowodany ogółem: 346.82 g; Kw. tł. nasycone: 19.69 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1264.18 mg; Błonnik: 26.03 g; W tym cukry: 87.07 g; WW: 34.96 Por; Potas: 3502.38 mg; Wapń: 580.37 mg; Fosfor: 959.09 mg; Żelazo: 8.43 mg; Magnez: 269.28 mg;

piątek 2025-04-11Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Marchewka gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2154.17 kcal; Białko ogółem: 78.68 g; Tłuszcz ogółem: 39.70 g; Węglowodany ogółem: 350.20 g; Kw. tł. nasycone: 19.12 g; Sól: 3.28 g; Sód: 1257.02 mg; Błonnik: 25.42 g; W tym cukry: 86.12 g; WW: 35.32 Por; Potas: 3556.54 mg; Wapń: 563.51 mg; Fosfor: 961.30 mg; Żelazo: 8.31 mg; Magnez: 268.97 mg;

piątek 2025-04-11Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałata masłowa 20g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Marchewka gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2121.73 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz ogółem: 44.24 g; Węglowodany ogółem: 306.06 g; Kw. tł. nasycone: 21.58 g; Sól: 4.09 g; Sód: 1514.15 mg; Błonnik: 42.80 g; W tym cukry: 58.36 g; WW: 30.67 Por; Potas: 3261.61 mg; Wapń: 605.51 mg; Fosfor: 1283.01 mg; Żelazo: 12.03 mg; Magnez: 351.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-04-11		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z zielonego groszku 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Salata maslowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Marchewka gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 2szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1903.00 kcal; Białko ogółem: 47.08 g; Tłuszcz ogółem: 52.07 g; Węglowodany ogółem: 325.69 g; Kw. tł. nasycone: 10.57 g; Sól: 0.84 g; Sód: 210.56 mg; Błonnik: 29.15 g; W tym cukry: 69.30 g; WW: 32.79 Por; Potas: 2854.77 mg; Wapń: 168.06 mg; Fosfor: 397.18 mg; Żelazo: 5.41 mg; Magnez: 175.40 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2473.97 kcal; Białko ogółem: 87.38 g; Tłuszcz ogółem: 59.78 g; Węglowodany ogółem: 343.88 g; Kw. tł. nasycone: 21.41 g; Sól: 6.97 g; Sód: 2099.33 mg; Błonnik: 33.02 g; W tym cukry: 84.15 g; WW: 34.57 Por; Potas: 3253.38 mg; Wapń: 937.60 mg; Fosfor: 1286.36 mg; Żelazo: 12.98 mg; Magnez: 322.99 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2074.60 kcal; Białko ogółem: 85.79 g; Tłuszcz ogółem: 54.75 g; Węglowodany ogółem: 276.56 g; Kw. tł. nasycone: 18.60 g; Sól: 7.01 g; Sód: 2121.40 mg; Błonnik: 38.93 g; W tym cukry: 42.27 g; WW: 27.85 Por; Potas: 3227.90 mg; Wapń: 944.65 mg; Fosfor: 1398.20 mg; Żelazo: 13.58 mg; Magnez: 412.21 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Banan 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2459.45 kcal; Białko ogółem: 76.75 g; Tłuszcz ogółem: 59.34 g; Węglowodany ogółem: 354.67 g; Kw. tł. nasycone: 21.65 g; Sól: 4.69 g; Sód: 1241.13 mg; Błonnik: 23.67 g; W tym cukry: 77.80 g; WW: 35.83 Por; Potas: 3268.32 mg; Wapń: 556.45 mg; Fosfor: 885.98 mg; Żelazo: 10.44 mg; Magnez: 265.58 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2152.59 kcal; Białko ogółem: 77.12 g; Tłuszcz ogółem: 57.95 g; Węglowodany ogółem: 305.22 g; Kw. tł. nasycone: 19.37 g; Sól: 4.69 g; Sód: 1252.41 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 64.49 g; WW: 30.74 Por; Potas: 2999.08 mg; Wapń: 574.21 mg; Fosfor: 894.14 mg; Żelazo: 10.89 mg; Magnez: 219.38 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1921.49 kcal; Białko ogółem: 49.32 g; Tłuszcz ogółem: 57.33 g; Węglowodany ogółem: 256.55 g; Kw. tł. nasycone: 17.38 g; Sól: 2.41 g; Sód: 392.91 mg; Błonnik: 22.01 g; W tym cukry: 49.84 g; WW: 25.81 Por; Potas: 2438.58 mg; Wapń: 249.21 mg; Fosfor: 532.14 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 155.38 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,
--	---	-------------------------------------

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Buraczki gotowane (papka) 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) (papka) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze (papka) 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sytko (papka) 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2279.99 kcal; Białko ogółem: 78.39 g; Tłuszcz ogółem: 57.50 g; Węglowodany ogółem: 321.59 g; Kw. tł. nasycone: 22.00 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1317.51 mg; Błonnik: 23.57 g; W tym cukry: 69.26 g; WW: 32.49 Por; Potas: 3060.30 mg; Wapń: 590.49 mg; Fosfor: 887.51 mg; Żelazo: 12.10 mg; Magnez: 225.85 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sytko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2676.90 kcal; Białko ogółem: 110.28 g; Tłuszcz ogółem: 74.41 g; Węglowodany ogółem: 351.66 g; Kw. tł. nasycone: 28.93 g; Sól: 6.45 g; Sód: 1426.64 mg; Błonnik: 19.94 g; W tym cukry: 72.12 g; WW: 35.44 Por; Potas: 3351.51 mg; Wapń: 781.41 mg; Fosfor: 1257.67 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 258.84 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sytko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2181.93 kcal; Białko ogółem: 74.40 g; Tłuszcz ogółem: 58.45 g; Węglowodany ogółem: 295.91 g; Kw. tł. nasycone: 19.84 g; Sól: 4.68 g; Sód: 1242.12 mg; Błonnik: 17.74 g; W tym cukry: 60.77 g; WW: 29.79 Por; Potas: 2611.60 mg; Wapń: 514.75 mg; Fosfor: 844.82 mg; Żelazo: 9.67 mg; Magnez: 196.21 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Ryż na sytko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2032.06 kcal; Białko ogółem: 62.95 g; Tłuszcz ogółem: 67.05 g; Węglowodany ogółem: 248.11 g; Kw. tł. nasycone: 23.12 g; Sól: 3.32 g; Sód: 435.25 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 51.59 g; WW: 24.95 Por; Potas: 2437.96 mg; Wapń: 292.33 mg; Fosfor: 611.07 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 153.06 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sytko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1877.11 kcal; Białko ogółem: 68.28 g; Tłuszcz ogółem: 57.93 g; Węglowodany ogółem: 280.59 g; Kw. tł. nasycone: 10.80 g; Sól: 4.91 g; Sód: 993.31 mg; Błonnik: 19.73 g; W tym cukry: 59.05 g; WW: 28.29 Por; Potas: 2787.38 mg; Wapń: 281.21 mg; Fosfor: 645.34 mg; Żelazo: 10.90 mg; Magnez: 201.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet z kalafiora w panierce smażyony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2152.33 kcal; Białko ogółem: 63.42 g; Tłuszcz ogółem: 55.42 g; Węglowodany ogółem: 313.22 g; Kw. tł. nasycone: 19.33 g; Sól: 5.11 g; Sód: 1905.85 mg; Błonnik: 31.04 g; W tym cukry: 68.23 g; WW: 31.54 Por; Potas: 2840.54 mg; Wapń: 902.72 mg; Fosfor: 1089.12 mg; Żelazo: 11.37 mg; Magnez: 278.27 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2255.89 kcal; Białko ogółem: 75.38 g; Tłuszcz ogółem: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 316.20 g; Kw. tł. nasycone: 21.39 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1256.05 mg; Błonnik: 21.33 g; W tym cukry: 65.10 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3016.75 mg; Wapń: 578.70 mg; Fosfor: 891.50 mg; Żelazo: 10.92 mg; Magnez: 220.63 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2255.89 kcal; Białko ogółem: 75.38 g; Tłuszcz ogółem: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 316.20 g; Kw. tł. nasycone: 21.39 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1256.05 mg; Błonnik: 21.33 g; W tym cukry: 65.10 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3016.75 mg; Wapń: 578.70 mg; Fosfor: 891.50 mg; Żelazo: 10.92 mg; Magnez: 220.63 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.59 kcal; Białko ogółem: 76.02 g; Tłuszcz ogółem: 57.45 g; Węglowodany ogółem: 314.92 g; Kw. tł. nasycone: 20.97 g; Sól: 4.69 g; Sód: 1252.41 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 64.49 g; WW: 31.74 Por; Potas: 2999.08 mg; Wapń: 574.21 mg; Fosfor: 894.14 mg; Żelazo: 10.89 mg; Magnez: 219.38 mg;

sobota 2025-04-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 100g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2374.69 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz ogółem: 85.27 g; Węglowodany ogółem: 276.17 g; Kw. tł. nasycone: 38.83 g; Sól: 6.08 g; Sód: 1756.19 mg; Błonnik: 37.74 g; W tym cukry: 41.62 g; WW: 27.77 Por; Potas: 3571.46 mg; Wapń: 668.82 mg; Fosfor: 1323.17 mg; Żelazo: 14.35 mg; Magnez: 411.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-04-12		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykorія 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1776.46 kcal; Białko ogółem: 51.27 g; Tłuszcz ogółem: 63.99 g; Węglowodany ogółem: 253.79 g; Kw. tł. nasycone: 11.09 g; Sól: 2.88 g; Sód: 181.25 mg; Błonnik: 22.81 g; W tym cukry: 56.60 g; WW: 25.55 Por; Potas: 2514.90 mg; Wapń: 247.26 mg; Fosfor: 466.70 mg; Żelazo: 8.35 mg; Magnez: 159.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml , Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 20g , Herbata z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2625.31 kcal; Białko ogółem: 77.94 g; Tłuszcz ogółem: 71.85 g; Węglowodany ogółem: 368.23 g; Kw. tł. nasycone: 23.80 g; Sól: 4.96 g; Sód: 1596.20 mg; Błonnik: 38.95 g; W tym cukry: 98.12 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4078.99 mg; Wapń: 608.65 mg; Fosfor: 1275.40 mg; Żelazo: 11.74 mg; Magnez: 322.00 mg;

niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2262.01 kcal; Białko ogółem: 80.94 g; Tłuszcz ogółem: 72.16 g; Węglowodany ogółem: 291.37 g; Kw. tł. nasycone: 21.66 g; Sól: 5.68 g; Sód: 1625.90 mg; Błonnik: 41.91 g; W tym cukry: 51.11 g; WW: 29.15 Por; Potas: 4090.74 mg; Wapń: 604.95 mg; Fosfor: 1311.15 mg; Żelazo: 12.36 mg; Magnez: 348.45 mg;

niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i pomarańczą 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2501.18 kcal; Białko ogółem: 71.35 g; Tłuszcz ogółem: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 350.40 g; Kw. tł. nasycone: 22.88 g; Sól: 3.72 g; Sód: 1379.45 mg; Błonnik: 23.36 g; W tym cukry: 74.41 g; WW: 35.28 Por; Potas: 3220.84 mg; Wapń: 551.31 mg; Fosfor: 1018.34 mg; Żelazo: 8.05 mg; Magnez: 227.62 mg;

niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2372.89 kcal; Białko ogółem: 72.46 g; Tłuszcz ogółem: 71.50 g; Węglowodany ogółem: 335.96 g; Kw. tł. nasycone: 20.68 g; Sól: 3.59 g; Sód: 1330.36 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 71.65 g; WW: 33.79 Por; Potas: 3299.99 mg; Wapń: 525.08 mg; Fosfor: 1013.40 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 221.73 mg;

niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2187.39 kcal; Białko ogółem: 45.98 g; Tłuszcz ogółem: 73.18 g; Węglowodany ogółem: 290.49 g; Kw. tł. nasycone: 20.26 g; Sól: 1.42 g; Sód: 457.76 mg; Błonnik: 24.63 g; W tym cukry: 56.93 g; WW: 29.18 Por; Potas: 2684.64 mg; Wapń: 191.58 mg; Fosfor: 603.15 mg; Żelazo: 5.40 mg; Magnez: 151.18 mg;

niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyń) 300ml (<i>MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 100ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.46 kcal; Białko ogółem: 95.68 g; Tłuszcz ogółem: 60.16 g; Węglowodany ogółem: 293.41 g; Kw. tł. nasycone: 18.03 g; Sól: 1.44 g; Sód: 508.44 mg; Błonnik: 17.29 g; W tym cukry: 89.29 g; WW: 29.65 Por; Potas: 4007.44 mg; Wapń: 717.09 mg; Fosfor: 1349.67 mg; Żelazo: 6.65 mg; Magnez: 271.19 mg;

niedziela 2025-04-13Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem (papka) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem (papka) 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Udko gotowane na parze (papka) 100g , Ziemniaki (papka) 200g , Marchewka duszona (papka) 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2330.81 kcal; Białko ogółem: 75.35 g; Tłuszcz ogółem: 61.90 g; Węglowodany ogółem: 328.68 g; Kw. tł. nasycone: 22.19 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1306.75 mg; Błonnik: 24.50 g; W tym cukry: 69.33 g; WW: 33.18 Por; Potas: 3240.90 mg; Wapń: 562.72 mg; Fosfor: 1011.99 mg; Żelazo: 8.96 mg; Magnez: 233.25 mg;

niedziela 2025-04-13Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 400ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Twaróg 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (SOJ, MLE), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2759.97 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz ogółem: 95.72 g; Węglowodany ogółem: 334.13 g; Kw. tł. nasycone: 34.90 g; Sól: 5.19 g; Sód: 1562.24 mg; Błonnik: 21.96 g; W tym cukry: 79.34 g; WW: 33.60 Por; Potas: 3548.63 mg; Wapń: 723.83 mg; Fosfor: 1331.78 mg; Żelazo: 8.56 mg; Magnez: 243.79 mg;

niedziela 2025-04-13Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2187.99 kcal; Białko ogółem: 61.14 g; Tłuszcz ogółem: 66.96 g; Węglowodany ogółem: 293.73 g; Kw. tł. nasycone: 18.17 g; Sól: 3.30 g; Sód: 1210.96 mg; Błonnik: 20.11 g; W tym cukry: 57.65 g; WW: 29.54 Por; Potas: 2739.44 mg; Wapń: 216.18 mg; Fosfor: 738.55 mg; Żelazo: 7.30 mg; Magnez: 182.38 mg;

niedziela 2025-04-13Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 80g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z b/glu makaronem 300ml (SEL), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2554.01 kcal; Białko ogółem: 60.27 g; Tłuszcz ogółem: 91.00 g; Węglowodany ogółem: 326.89 g; Kw. tł. nasycone: 27.76 g; Sól: 2.93 g; Sód: 654.09 mg; Błonnik: 25.29 g; W tym cukry: 70.10 g; WW: 32.81 Por; Potas: 3060.68 mg; Wapń: 480.75 mg; Fosfor: 818.80 mg; Żelazo: 5.41 mg; Magnez: 175.79 mg;

niedziela 2025-04-13Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (GLU, JAJ, SEL), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2121.74 kcal; Białko ogółem: 66.93 g; Tłuszcz ogółem: 72.47 g; Węglowodany ogółem: 310.59 g; Kw. tł. nasycone: 12.13 g; Sól: 5.05 g; Sód: 1182.96 mg; Błonnik: 22.81 g; W tym cukry: 59.77 g; WW: 31.31 Por; Potas: 2999.09 mg; Wapń: 194.68 mg; Fosfor: 724.00 mg; Żelazo: 8.15 mg; Magnez: 193.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-04-13			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Tofu z cebulą 100g (SOJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml , Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2483.53 kcal; Białko ogółem: 63.89 g; Tłuszcz ogółem: 70.50 g; Węglowodany ogółem: 364.96 g; Kw. tł. nasycone: 21.49 g; Sól: 4.95 g; Sód: 1364.64 mg; Błonnik: 36.61 g; W tym cukry: 88.61 g; WW: 36.51 Por; Potas: 3671.13 mg; Wapń: 584.17 mg; Fosfor: 1017.06 mg; Żelazo: 10.16 mg; Magnez: 276.45 mg;

niedziela 2025-04-13			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Udko gotowane na parze b/soli 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2488.84 kcal; Białko ogółem: 71.91 g; Tłuszcz ogółem: 71.93 g; Węglowodany ogółem: 348.52 g; Kw. tł. nasycone: 22.84 g; Sól: 3.65 g; Sód: 1349.49 mg; Błonnik: 22.90 g; W tym cukry: 73.05 g; WW: 35.07 Por; Potas: 3391.34 mg; Wapń: 536.28 mg; Fosfor: 1029.50 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 227.32 mg;

niedziela 2025-04-13			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyniu) 300ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),			Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (MLE),			Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
			Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 250ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
			Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2490.21 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz ogółem: 72.86 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g; Kw. tł. nasycone: 24.22 g; Sól: 1.87 g; Sód: 587.16 mg; Błonnik: 18.76 g; W tym cukry: 97.71 g; WW: 29.73 Por; Potas: 4251.47 mg; Wapń: 927.79 mg; Fosfor: 1499.47 mg; Żelazo: 6.75 mg; Magnez: 291.76 mg;

niedziela 2025-04-13			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Udko gotowane na parze b/soli 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2488.84 kcal; Białko ogółem: 71.91 g; Tłuszcz ogółem: 71.93 g; Węglowodany ogółem: 348.52 g; Kw. tł. nasycone: 22.84 g; Sól: 3.65 g; Sód: 1349.49 mg; Błonnik: 22.90 g; W tym cukry: 73.05 g; WW: 35.07 Por; Potas: 3391.34 mg; Wapń: 536.28 mg; Fosfor: 1029.50 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 227.32 mg;

niedziela 2025-04-13			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2323.39 kcal; Białko ogółem: 71.26 g; Tłuszcz ogółem: 71.00 g; Węglowodany ogółem: 325.91 g; Kw. tł. nasycone: 22.28 g; Sól: 3.59 g; Sód: 1330.36 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 71.65 g; WW: 32.79 Por; Potas: 3299.99 mg; Wapń: 525.08 mg; Fosfor: 1013.40 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 221.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2273.05 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz ogółem: 74.51 g; Węglowodany ogółem: 283.20 g; Kw. tł. nasycone: 21.72 g; Sól: 5.90 g; Sód: 1582.56 mg; Błonnik: 36.49 g; W tym cukry: 47.31 g; WW: 28.47 Por; Potas: 3720.94 mg; Wapń: 566.28 mg; Fosfor: 1260.40 mg; Żelazo: 11.31 mg; Magnez: 337.53 mg;

niedziela 2025-04-13 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z b/glu makaronem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2054.59 kcal; Białko ogółem: 43.97 g; Tłuszcz ogółem: 79.18 g; Węglowodany ogółem: 294.29 g; Kw. tł. nasycone: 12.66 g; Sól: 2.84 g; Sód: 302.33 mg; Błonnik: 25.75 g; W tym cukry: 56.82 g; WW: 29.60 Por; Potas: 2647.05 mg; Wapń: 147.08 mg; Fosfor: 485.57 mg; Żelazo: 4.85 mg; Magnez: 137.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-04-14Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Miód sztukowy 25g 1szt, Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2384.34 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 386.12 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 6.25 g; Sód: 2012.62 mg; Błonnik: 38.62 g; W tym cukry: 80.72 g; WW: 38.70 Por; Potas: 3793.89 mg; Wapń: 681.61 mg; Fosfor: 1346.40 mg; Żelazo: 12.48 mg; Magnez: 361.24 mg;

poniedziałek 2025-04-14Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1980.14 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 306.32 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 6.34 g; Sód: 2035.92 mg; Błonnik: 42.12 g; W tym cukry: 59.51 g; WW: 30.73 Por; Potas: 3757.99 mg; Wapń: 669.41 mg; Fosfor: 1365.90 mg; Żelazo: 12.68 mg; Magnez: 378.24 mg;

poniedziałek 2025-04-14Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2165.34 kcal; Białko ogółem: 86.43 g; Tłuszcz ogółem: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 346.48 g; Kw. tł. nasycone: 11.06 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1152.19 mg; Błonnik: 25.20 g; W tym cukry: 53.93 g; WW: 34.95 Por; Potas: 3232.96 mg; Wapń: 614.13 mg; Fosfor: 1113.00 mg; Żelazo: 9.91 mg; Magnez: 233.50 mg;

poniedziałek 2025-04-14Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1981.44 kcal; Białko ogółem: 87.37 g; Tłuszcz ogółem: 31.40 g; Węglowodany ogółem: 316.94 g; Kw. tł. nasycone: 8.91 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1152.19 mg; Błonnik: 25.20 g; W tym cukry: 53.93 g; WW: 31.95 Por; Potas: 3232.96 mg; Wapń: 614.13 mg; Fosfor: 1113.00 mg; Żelazo: 9.91 mg; Magnez: 233.50 mg;

poniedziałek 2025-04-14Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1635.84 kcal; Białko ogółem: 54.43 g; Tłuszcz ogółem: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 245.68 g; Kw. tł. nasycone: 6.67 g; Sól: 1.66 g; Sód: 273.19 mg; Błonnik: 27.70 g; W tym cukry: 39.13 g; WW: 24.75 Por; Potas: 2569.96 mg; Wapń: 272.13 mg; Fosfor: 686.50 mg; Żelazo: 6.76 mg; Magnez: 153.50 mg;

poniedziałek 2025-04-14Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.96 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko (papka) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2056.59 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz ogółem: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 326.57 g; Kw. tł. nasycone: 10.99 g; Sól: 4.21 g; Sód: 1157.38 mg; Błonnik: 26.75 g; W tym cukry: 51.58 g; WW: 33.01 Por; Potas: 3065.71 mg; Wapń: 615.90 mg; Fosfor: 1122.47 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 233.62 mg;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2234.32 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz ogółem: 36.57 g; Węglowodany ogółem: 335.76 g; Kw. tł. nasycone: 11.83 g; Sól: 4.57 g; Sód: 1210.13 mg; Błonnik: 25.64 g; W tym cukry: 59.49 g; WW: 33.85 Por; Potas: 3424.49 mg; Wapń: 755.73 mg; Fosfor: 1296.63 mg; Żelazo: 10.30 mg; Magnez: 251.77 mg;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1646.02 kcal; Białko ogółem: 69.62 g; Tłuszcz ogółem: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 255.93 g; Kw. tł. nasycone: 5.77 g; Sól: 3.58 g; Sód: 1003.04 mg; Błonnik: 19.70 g; W tym cukry: 36.74 g; WW: 25.78 Por; Potas: 2322.85 mg; Wapń: 242.86 mg; Fosfor: 766.65 mg; Żelazo: 7.83 mg; Magnez: 162.57 mg;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1921.96 kcal; Białko ogółem: 70.20 g; Tłuszcz ogółem: 38.62 g; Węglowodany ogółem: 280.28 g; Kw. tł. nasycone: 9.87 g; Sól: 2.03 g; Sód: 383.36 mg; Błonnik: 28.06 g; W tym cukry: 50.43 g; WW: 28.21 Por; Potas: 2890.21 mg; Wapń: 563.99 mg; Fosfor: 907.75 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 181.12 mg;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1806.06 kcal; Białko ogółem: 69.78 g; Tłuszcz ogółem: 51.20 g; Węglowodany ogółem: 279.31 g; Kw. tł. nasycone: 10.76 g; Sól: 4.64 g; Sód: 1127.59 mg; Błonnik: 25.18 g; W tym cukry: 40.57 g; WW: 28.17 Por; Potas: 2813.41 mg; Wapń: 253.43 mg; Fosfor: 758.75 mg; Żelazo: 9.38 mg; Magnez: 192.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka warzywna z ciecierzycą i groszkiem 180g (<i>MLE</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Sałatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.81 kcal; Białko ogółem: 61.50 g; Tłuszcz ogółem: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 322.13 g; Kw. tł. nasycone: 11.09 g; Sól: 4.83 g; Sód: 1769.62 mg; Błonnik: 35.39 g; W tym cukry: 53.11 g; WW: 32.30 Por; Potas: 3082.09 mg; Wapń: 623.40 mg; Fosfor: 1096.56 mg; Żelazo: 10.62 mg; Magnez: 298.37 mg;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli (100g mięsa, 80g sos) 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Sałatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.91 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz ogółem: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 327.69 g; Kw. tł. nasycone: 11.24 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1162.47 mg; Błonnik: 25.30 g; W tym cukry: 54.02 g; WW: 33.04 Por; Potas: 3275.91 mg; Wapń: 615.84 mg; Fosfor: 1138.33 mg; Żelazo: 10.01 mg; Magnez: 236.85 mg;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2263.23 kcal; Białko ogółem: 111.88 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 346.83 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.11 g; Sód: 440.74 mg; Błonnik: 26.58 g; W tym cukry: 66.41 g; WW: 34.99 Por; Potas: 4698.66 mg; Wapń: 207.53 mg; Fosfor: 1400.52 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 304.86 mg;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli (100g mięsa, 80g sos) 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Sałatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.91 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz ogółem: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 327.69 g; Kw. tł. nasycone: 11.24 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1162.47 mg; Błonnik: 25.30 g; W tym cukry: 54.02 g; WW: 33.04 Por; Potas: 3275.91 mg; Wapń: 615.84 mg; Fosfor: 1138.33 mg; Żelazo: 10.01 mg; Magnez: 236.85 mg;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Sałatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2011.44 kcal; Białko ogółem: 86.27 g; Tłuszcz ogółem: 30.90 g; Węglowodany ogółem: 326.64 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1152.19 mg; Błonnik: 25.20 g; W tym cukry: 53.93 g; WW: 32.95 Por; Potas: 3232.96 mg; Wapń: 614.13 mg; Fosfor: 1113.00 mg; Żelazo: 9.91 mg; Magnez: 233.50 mg;

poniedziałek 2025-04-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Sałatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1906.54 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz ogółem: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 281.66 g; Kw. tł. nasycone: 9.15 g; Sól: 5.86 g; Sód: 1390.99 mg; Błonnik: 37.83 g; W tym cukry: 42.17 g; WW: 28.43 Por; Potas: 3441.56 mg; Wapń: 621.83 mg; Fosfor: 1301.55 mg; Żelazo: 12.25 mg; Magnez: 328.55 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-04-14		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1731.71 kcal; Białko ogółem: 53.20 g; Tłuszcz ogółem: 59.55 g; Węglowodany ogółem: 252.67 g; Kw. tł. nasycone: 11.58 g; Sól: 2.31 g; Sód: 253.56 mg; Błonnik: 28.54 g; W tym cukry: 36.77 g; WW: 25.42 Por; Potas: 2523.56 mg; Wapń: 210.79 mg; Fosfor: 594.80 mg; Żelazo: 6.67 mg; Magnez: 148.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-04-15Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszanej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2262.00 kcal; Białko ogółem: 78.99 g; Tłuszcz ogółem: 48.72 g; Węglowodany ogółem: 336.95 g; Kw. tł. nasycone: 16.80 g; Sól: 6.57 g; Sód: 2189.63 mg; Błonnik: 38.27 g; W tym cukry: 80.35 g; WW: 33.75 Por; Potas: 3577.51 mg; Wapń: 940.66 mg; Fosfor: 1427.16 mg; Żelazo: 12.01 mg; Magnez: 317.79 mg;

wtorek 2025-04-15Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszanej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2034.32 kcal; Białko ogółem: 79.95 g; Tłuszcz ogółem: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 279.85 g; Kw. tł. nasycone: 14.91 g; Sól: 6.68 g; Sód: 2220.38 mg; Błonnik: 42.20 g; W tym cukry: 59.25 g; WW: 28.04 Por; Potas: 3587.51 mg; Wapń: 934.51 mg; Fosfor: 1477.61 mg; Żelazo: 12.59 mg; Magnez: 342.49 mg;

wtorek 2025-04-15Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2086.19 kcal; Białko ogółem: 68.92 g; Tłuszcz ogółem: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 326.55 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 4.13 g; Sód: 1091.74 mg; Błonnik: 21.42 g; W tym cukry: 71.96 g; WW: 33.01 Por; Potas: 3113.87 mg; Wapń: 479.75 mg; Fosfor: 964.15 mg; Żelazo: 7.75 mg; Magnez: 254.39 mg;

wtorek 2025-04-15Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1860.84 kcal; Białko ogółem: 69.52 g; Tłuszcz ogółem: 37.65 g; Węglowodany ogółem: 286.78 g; Kw. tł. nasycone: 8.22 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1106.54 mg; Błonnik: 21.35 g; W tym cukry: 46.15 g; WW: 28.89 Por; Potas: 2833.67 mg; Wapń: 492.60 mg; Fosfor: 965.65 mg; Żelazo: 7.99 mg; Magnez: 205.09 mg;

wtorek 2025-04-15Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1763.94 kcal; Białko ogółem: 42.34 g; Tłuszcz ogółem: 49.11 g; Węglowodany ogółem: 242.07 g; Kw. tł. nasycone: 8.46 g; Sól: 1.99 g; Sód: 234.99 mg; Błonnik: 24.28 g; W tym cukry: 31.47 g; WW: 24.35 Por; Potas: 2216.57 mg; Wapń: 156.65 mg; Fosfor: 570.10 mg; Żelazo: 5.23 mg; Magnez: 132.79 mg;

wtorek 2025-04-15Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2463.21 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz ogółem: 74.72 g; Węglowodany ogółem: 321.23 g; Kw. tł. nasycone: 25.30 g; Sól: 1.67 g; Sód: 572.27 mg; Błonnik: 21.56 g; W tym cukry: 105.71 g; WW: 32.41 Por; Potas: 4290.89 mg; Wapń: 902.02 mg; Fosfor: 1617.75 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 339.39 mg;

wtorek 2025-04-15Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (papka) 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1908.72 kcal; Białko ogółem: 73.80 g; Tłuszcz ogółem: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 300.97 g; Kw. tł. nasycone: 10.15 g; Sól: 4.03 g; Sód: 1083.32 mg; Błonnik: 26.24 g; W tym cukry: 46.94 g; WW: 30.43 Por; Potas: 2865.07 mg; Wapń: 545.22 mg; Fosfor: 991.71 mg; Żelazo: 8.74 mg; Magnez: 219.89 mg;

wtorek 2025-04-15Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2190.00 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; Tłuszcz ogółem: 46.59 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; Kw. tł. nasycone: 13.57 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1206.98 mg; Błonnik: 21.70 g; W tym cukry: 54.83 g; WW: 29.88 Por; Potas: 3132.92 mg; Wapń: 730.06 mg; Fosfor: 1358.52 mg; Żelazo: 8.52 mg; Magnez: 230.80 mg;

wtorek 2025-04-15Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1674.54 kcal; Białko ogółem: 57.49 g; Tłuszcz ogółem: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 245.32 g; Kw. tł. nasycone: 5.70 g; Sól: 3.87 g; Sód: 988.19 mg; Błonnik: 19.76 g; W tym cukry: 32.18 g; WW: 24.71 Por; Potas: 2271.37 mg; Wapń: 181.25 mg; Fosfor: 705.50 mg; Żelazo: 7.12 mg; Magnez: 163.99 mg;

wtorek 2025-04-15Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1975.03 kcal; Białko ogółem: 64.62 g; Tłuszcz ogółem: 46.71 g; Węglowodany ogółem: 277.43 g; Kw. tł. nasycone: 10.30 g; Sól: 3.87 g; Sód: 361.14 mg; Błonnik: 23.14 g; W tym cukry: 44.67 g; WW: 27.90 Por; Potas: 2558.55 mg; Wapń: 475.11 mg; Fosfor: 841.22 mg; Żelazo: 5.40 mg; Magnez: 153.07 mg;

wtorek 2025-04-15Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,
II Śniadanie: Jablko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1678.21 kcal; Białko ogółem: 55.79 g; Tłuszcz ogółem: 50.72 g; Węglowodany ogółem: 259.66 g; Kw. tł. nasycone: 8.62 g; Sól: 4.73 g; Sód: 977.73 mg; Błonnik: 23.44 g; W tym cukry: 47.34 g; WW: 26.16 Por; Potas: 2589.69 mg; Wapń: 152.46 mg; Fosfor: 645.77 mg; Żelazo: 7.76 mg; Magnez: 169.02 mg;

wtorek 2025-04-15Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto warzywnę z groszkiem zielonym 300g (<i>GLU, SEL</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1944.83 kcal; Białko ogółem: 63.79 g; Tłuszcz ogółem: 42.04 g; Węglowodany ogółem: 304.63 g; Kw. tł. nasycone: 15.09 g; Sól: 4.43 g; Sód: 1719.01 mg; Błonnik: 38.61 g; W tym cukry: 56.98 g; WW: 30.49 Por; Potas: 3385.32 mg; Wapń: 944.89 mg; Fosfor: 1263.44 mg; Żelazo: 11.90 mg; Magnez: 295.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-04-15			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.59 kcal; Białko ogółem: 66.26 g; Tłuszcz ogółem: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 269.38 g; Kw. tł. nasycone: 10.38 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1121.75 mg; Błonnik: 20.53 g; W tym cukry: 47.50 g; WW: 27.10 Por; Potas: 2214.62 mg; Wapń: 501.00 mg; Fosfor: 894.85 mg; Żelazo: 7.36 mg; Magnez: 177.79 mg;

wtorek 2025-04-15			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),	Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1900.03 kcal; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 289.83 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.96 g; Sód: 375.12 mg; Błonnik: 18.63 g; W tym cukry: 88.65 g; WW: 29.26 Por; Potas: 3660.58 mg; Wapń: 155.92 mg; Fosfor: 1120.50 mg; Żelazo: 6.23 mg; Magnez: 241.82 mg;

wtorek 2025-04-15			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.59 kcal; Białko ogółem: 66.26 g; Tłuszcz ogółem: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 269.38 g; Kw. tł. nasycone: 10.38 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1121.75 mg; Błonnik: 20.53 g; W tym cukry: 47.50 g; WW: 27.10 Por; Potas: 2214.62 mg; Wapń: 501.00 mg; Fosfor: 894.85 mg; Żelazo: 7.36 mg; Magnez: 177.79 mg;

wtorek 2025-04-15			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1881.97 kcal; Białko ogółem: 68.29 g; Tłuszcz ogółem: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 287.73 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1106.54 mg; Błonnik: 21.35 g; W tym cukry: 46.15 g; WW: 28.99 Por; Potas: 2833.67 mg; Wapń: 492.60 mg; Fosfor: 965.65 mg; Żelazo: 7.99 mg; Magnez: 205.09 mg;

wtorek 2025-04-15			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1952.69 kcal; Białko ogółem: 73.89 g; Tłuszcz ogółem: 40.31 g; Węglowodany ogółem: 272.70 g; Kw. tł. nasycone: 9.26 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1360.43 mg; Błonnik: 37.34 g; W tym cukry: 49.36 g; WW: 27.44 Por; Potas: 3313.55 mg; Wapń: 522.63 mg; Fosfor: 1222.68 mg; Żelazo: 11.21 mg; Magnez: 313.99 mg;

wtorek 2025-04-15			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	
II Śniadanie: Jabłko gotowane 1szt ,		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1732.81 kcal; Białko ogółem: 41.35 g; Tłuszcz ogółem: 66.62 g; Węglowodany ogółem: 246.31 g; Kw. tł. nasycone: 9.65 g; Sól: 2.85 g; Sód: 222.14 mg; Błonnik: 25.25 g; W tym cukry: 44.79 g; WW: 24.77 Por; Potas: 2290.38 mg; Wapń: 117.33 mg; Fosfor: 463.72 mg; Żelazo: 5.15 mg; Magnez: 116.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 30g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2595.88 kcal; Białko ogółem: 81.73 g; Tłuszcz ogółem: 68.02 g; Węglowodany ogółem: 368.01 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 6.43 g; Sód: 2192.66 mg; Błonnik: 40.90 g; W tym cukry: 92.25 g; WW: 36.81 Por; Potas: 4465.86 mg; Wapń: 697.96 mg; Fosfor: 1496.09 mg; Żelazo: 14.80 mg; Magnez: 397.50 mg;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ketchup 30g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa warzywna z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2232.93 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz ogółem: 65.65 g; Węglowodany ogółem: 298.89 g; Kw. tł. nasycone: 16.19 g; Sól: 6.51 g; Sód: 2218.11 mg; Błonnik: 41.70 g; W tym cukry: 53.69 g; WW: 30.03 Por; Potas: 4069.96 mg; Wapń: 620.56 mg; Fosfor: 1421.79 mg; Żelazo: 13.72 mg; Magnez: 393.29 mg;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 20g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2166.02 kcal; Białko ogółem: 74.65 g; Tłuszcz ogółem: 45.01 g; Węglowodany ogółem: 318.17 g; Kw. tł. nasycone: 11.70 g; Sól: 3.21 g; Sód: 1217.67 mg; Błonnik: 23.43 g; W tym cukry: 47.58 g; WW: 32.10 Por; Potas: 3427.54 mg; Wapń: 561.84 mg; Fosfor: 1156.96 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 260.27 mg;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2046.84 kcal; Białko ogółem: 76.65 g; Tłuszcz ogółem: 44.17 g; Węglowodany ogółem: 314.52 g; Kw. tł. nasycone: 9.65 g; Sól: 3.21 g; Sód: 1228.91 mg; Błonnik: 23.76 g; W tym cukry: 71.96 g; WW: 31.69 Por; Potas: 3868.20 mg; Wapń: 585.16 mg; Fosfor: 1196.79 mg; Żelazo: 11.25 mg; Magnez: 276.26 mg;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1756.14 kcal; Białko ogółem: 45.54 g; Tłuszcz ogółem: 41.07 g; Węglowodany ogółem: 257.40 g; Kw. tł. nasycone: 7.25 g; Sól: 0.94 g; Sód: 356.66 mg; Błonnik: 25.14 g; W tym cukry: 56.99 g; WW: 25.93 Por; Potas: 3159.05 mg; Wapń: 236.26 mg; Fosfor: 682.24 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 165.11 mg;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2211.57 kcal; Białko ogółem: 98.50 g; Tłuszcz ogółem: 59.19 g; Węglowodany ogółem: 331.87 g; Kw. tł. nasycone: 17.31 g; Sól: 1.54 g; Sód: 577.19 mg; Błonnik: 19.52 g; W tym cukry: 118.86 g; WW: 33.49 Por; Potas: 4270.55 mg; Wapń: 867.18 mg; Fosfor: 1444.57 mg; Żelazo: 6.90 mg; Magnez: 286.87 mg;

środa 2025-04-16Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg (papka) 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Marchewka duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2066.01 kcal; Białko ogółem: 77.90 g; Tłuszcz ogółem: 36.33 g; Węglowodany ogółem: 320.46 g; Kw. tł. nasycone: 11.12 g; Sól: 3.20 g; Sód: 1218.17 mg; Błonnik: 26.69 g; W tym cukry: 64.37 g; WW: 32.41 Por; Potas: 3414.72 mg; Wapń: 605.55 mg; Fosfor: 1185.50 mg; Żelazo: 10.30 mg; Magnez: 276.89 mg;

środa 2025-04-16Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Szyńka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2328.83 kcal; Białko ogółem: 100.31 g; Tłuszcz ogółem: 51.05 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; Kw. tł. nasycone: 13.34 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1293.40 mg; Błonnik: 24.56 g; W tym cukry: 78.35 g; WW: 33.24 Por; Potas: 4097.71 mg; Wapń: 747.86 mg; Fosfor: 1455.18 mg; Żelazo: 11.91 mg; Magnez: 306.71 mg;

środa 2025-04-16Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1841.62 kcal; Białko ogółem: 63.07 g; Tłuszcz ogółem: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 273.67 g; Kw. tł. nasycone: 6.73 g; Sól: 2.91 g; Sód: 1106.02 mg; Błonnik: 20.04 g; W tym cukry: 56.37 g; WW: 27.60 Por; Potas: 3078.49 mg; Wapń: 256.54 mg; Fosfor: 807.56 mg; Żelazo: 9.09 mg; Magnez: 192.47 mg;

środa 2025-04-16Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glutenu 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.49 kcal; Białko ogółem: 63.86 g; Tłuszcz ogółem: 47.63 g; Węglowodany ogółem: 286.91 g; Kw. tł. nasycone: 10.65 g; Sól: 1.23 g; Sód: 431.83 mg; Błonnik: 25.96 g; W tym cukry: 70.35 g; WW: 28.89 Por; Potas: 3539.56 mg; Wapń: 553.93 mg; Fosfor: 920.80 mg; Żelazo: 7.45 mg; Magnez: 192.87 mg;

środa 2025-04-16Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1946.64 kcal; Białko ogółem: 67.60 g; Tłuszcz ogółem: 62.34 g; Węglowodany ogółem: 290.12 g; Kw. tł. nasycone: 11.85 g; Sól: 3.77 g; Sód: 1219.96 mg; Błonnik: 22.09 g; W tym cukry: 59.07 g; WW: 29.27 Por; Potas: 3408.55 mg; Wapń: 250.36 mg; Fosfor: 838.39 mg; Żelazo: 10.05 mg; Magnez: 205.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2063.99 kcal; Białko ogółem: 55.82 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 318.40 g; Kw. tł. nasycone: 11.33 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1233.65 mg; Błonnik: 40.35 g; W tym cukry: 66.02 g; WW: 31.89 Por; Potas: 3743.70 mg; Wapń: 641.19 mg; Fosfor: 1176.79 mg; Żelazo: 11.71 mg; Magnez: 321.62 mg;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2123.34 kcal; Białko ogółem: 74.44 g; Tłuszcz ogółem: 44.00 g; Węglowodany ogółem: 319.44 g; Kw. tł. nasycone: 11.55 g; Sól: 3.13 g; Sód: 1193.99 mg; Błonnik: 23.45 g; W tym cukry: 70.97 g; WW: 32.20 Por; Potas: 3829.90 mg; Wapń: 559.80 mg; Fosfor: 1171.34 mg; Żelazo: 11.12 mg; Magnez: 271.76 mg;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą manną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.18 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 352.01 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.10 g; Sód: 435.34 mg; Błonnik: 27.27 g; W tym cukry: 71.43 g; WW: 35.50 Por; Potas: 4688.06 mg; Wapń: 192.28 mg; Fosfor: 1391.42 mg; Żelazo: 8.55 mg; Magnez: 299.56 mg;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2123.34 kcal; Białko ogółem: 74.44 g; Tłuszcz ogółem: 44.00 g; Węglowodany ogółem: 319.44 g; Kw. tł. nasycone: 11.55 g; Sól: 3.13 g; Sód: 1193.75 mg; Błonnik: 23.45 g; W tym cukry: 70.97 g; WW: 32.20 Por; Potas: 3829.90 mg; Wapń: 559.80 mg; Fosfor: 1171.34 mg; Żelazo: 11.12 mg; Magnez: 271.75 mg;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.84 kcal; Białko ogółem: 75.55 g; Tłuszcz ogółem: 43.67 g; Węglowodany ogółem: 324.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.25 g; Sól: 3.21 g; Sód: 1228.91 mg; Błonnik: 23.76 g; W tym cukry: 71.96 g; WW: 32.69 Por; Potas: 3868.20 mg; Wapń: 585.16 mg; Fosfor: 1196.79 mg; Żelazo: 11.25 mg; Magnez: 276.26 mg;

środa 2025-04-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka gotowana 130g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2015.87 kcal; Białko ogółem: 80.30 g; Tłuszcz ogółem: 44.49 g; Węglowodany ogółem: 291.05 g; Kw. tł. nasycone: 10.36 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1480.86 mg; Błonnik: 39.82 g; W tym cukry: 52.18 g; WW: 29.32 Por; Potas: 4131.50 mg; Wapń: 608.65 mg; Fosfor: 1365.74 mg; Żelazo: 13.12 mg; Magnez: 379.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-04-16		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica wieprzowa 40g , Salata maslowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glutenu 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jablkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1785.30 kcal; Białko ogółem: 48.01 g; Tłuszcz ogółem: 65.81 g; Węglowodany ogółem: 255.78 g; Kw. tł. nasycone: 11.52 g; Sól: 1.42 g; Sód: 279.91 mg; Błonnik: 25.61 g; W tym cukry: 55.20 g; WW: 25.77 Por; Potas: 3070.59 mg; Wapń: 173.46 mg; Fosfor: 550.77 mg; Żelazo: 7.07 mg; Magnez: 154.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2290.17 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz ogółem: 45.60 g; Węglowodany ogółem: 335.99 g; Kw. tł. nasycone: 16.94 g; Sól: 6.59 g; Sód: 2069.04 mg; Błonnik: 36.55 g; W tym cukry: 81.79 g; WW: 33.72 Por; Potas: 3602.39 mg; Wapń: 913.22 mg; Fosfor: 1522.99 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 318.82 mg;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2002.42 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz ogółem: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 278.25 g; Kw. tł. nasycone: 14.97 g; Sól: 6.92 g; Sód: 2191.04 mg; Błonnik: 42.54 g; W tym cukry: 48.43 g; WW: 28.03 Por; Potas: 3567.29 mg; Wapń: 910.82 mg; Fosfor: 1635.69 mg; Żelazo: 11.70 mg; Magnez: 404.37 mg;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2131.57 kcal; Białko ogółem: 77.38 g; Tłuszcz ogółem: 39.53 g; Węglowodany ogółem: 337.13 g; Kw. tł. nasycone: 19.40 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1323.84 mg; Błonnik: 26.65 g; W tym cukry: 63.58 g; WW: 33.93 Por; Potas: 3667.69 mg; Wapń: 553.22 mg; Fosfor: 1126.64 mg; Żelazo: 9.39 mg; Magnez: 255.47 mg;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2018.29 kcal; Białko ogółem: 78.30 g; Tłuszcz ogółem: 39.08 g; Węglowodany ogółem: 318.59 g; Kw. tł. nasycone: 17.23 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1323.84 mg; Błonnik: 26.65 g; W tym cukry: 63.58 g; WW: 32.03 Por; Potas: 3667.69 mg; Wapń: 553.22 mg; Fosfor: 1126.64 mg; Żelazo: 9.39 mg; Magnez: 255.47 mg;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2122.69 kcal; Białko ogółem: 77.26 g; Tłuszcz ogółem: 39.40 g; Węglowodany ogółem: 328.38 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1323.84 mg; Błonnik: 26.65 g; W tym cukry: 63.58 g; WW: 33.03 Por; Potas: 3667.69 mg; Wapń: 553.22 mg; Fosfor: 1126.64 mg; Żelazo: 9.39 mg; Magnez: 255.47 mg;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyń) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Kcal: 2241.81 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 269.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.96 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 27.19 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z zieleciną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa ziemniaczana (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko (papka) 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2110.78 kcal; Białko ogółem: 80.35 g; Tłuszcz ogółem: 39.39 g; Węglowodany ogółem: 322.10 g; Kw. tł. nasycone: 19.65 g; Sól: 4.52 g; Sód: 1280.52 mg; Błonnik: 26.45 g; W tym cukry: 56.90 g; WW: 32.44 Por; Potas: 3386.20 mg; Wapń: 559.10 mg; Fosfor: 1121.06 mg; Żelazo: 9.41 mg; Magnez: 253.02 mg;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2383.99 kcal; Białko ogółem: 103.10 g; Tłuszcz ogółem: 59.25 g; Węglowodany ogółem: 323.26 g; Kw. tł. nasycone: 30.38 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1517.44 mg; Błonnik: 26.65 g; W tym cukry: 67.13 g; WW: 32.49 Por; Potas: 3784.49 mg; Wapń: 650.42 mg; Fosfor: 1357.44 mg; Żelazo: 9.63 mg; Magnez: 265.87 mg;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora z zieleciną i olejem b/cebuli 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1811.96 kcal; Białko ogółem: 63.65 g; Tłuszcz ogółem: 38.40 g; Węglowodany ogółem: 262.09 g; Kw. tł. nasycone: 14.76 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1131.56 mg; Błonnik: 17.55 g; W tym cukry: 41.91 g; WW: 26.28 Por; Potas: 2713.81 mg; Wapń: 184.30 mg; Fosfor: 775.20 mg; Żelazo: 7.25 mg; Magnez: 181.17 mg;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2146.99 kcal; Białko ogółem: 68.63 g; Tłuszcz ogółem: 54.19 g; Węglowodany ogółem: 303.94 g; Kw. tł. nasycone: 23.20 g; Sól: 3.64 g; Sód: 643.64 mg; Błonnik: 29.64 g; W tym cukry: 61.54 g; WW: 30.51 Por; Potas: 3364.49 mg; Wapń: 527.22 mg; Fosfor: 931.14 mg; Żelazo: 6.67 mg; Magnez: 205.32 mg;

czwartek 2025-04-17 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rukola 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1834.16 kcal; Białko ogółem: 78.07 g; Tłuszcz ogółem: 44.96 g; Węglowodany ogółem: 292.27 g; Kw. tł. nasycone: 9.74 g; Sól: 5.05 g; Sód: 1187.67 mg; Błonnik: 25.63 g; W tym cukry: 50.51 g; WW: 29.44 Por; Potas: 3390.68 mg; Wapń: 211.48 mg; Fosfor: 901.42 mg; Żelazo: 9.06 mg; Magnez: 225.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-04-17			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,			Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z fasolą b/mięsa wege 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2068.99 kcal; Białko ogółem: 58.14 g; Tłuszcz ogółem: 50.80 g; Węglowodany ogółem: 305.57 g; Kw. tł. nasycone: 23.98 g; Sól: 5.88 g; Sód: 2295.91 mg; Błonnik: 36.60 g; W tym cukry: 58.90 g; WW: 30.59 Por; Potas: 3039.06 mg; Wapń: 876.81 mg; Fosfor: 1236.21 mg; Żelazo: 9.45 mg; Magnez: 295.63 mg;

czwartek 2025-04-17			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2122.69 kcal; Białko ogółem: 77.26 g; Tłuszcz ogółem: 39.40 g; Węglowodany ogółem: 328.38 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1323.45 mg; Błonnik: 26.65 g; W tym cukry: 63.58 g; WW: 33.03 Por; Potas: 3667.69 mg; Wapń: 553.22 mg; Fosfor: 1126.64 mg; Żelazo: 9.39 mg; Magnez: 255.47 mg;

czwartek 2025-04-17			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.57 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 71.57 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-04-17			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2122.69 kcal; Białko ogółem: 77.26 g; Tłuszcz ogółem: 39.40 g; Węglowodany ogółem: 328.38 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1323.45 mg; Błonnik: 26.65 g; W tym cukry: 63.58 g; WW: 33.03 Por; Potas: 3667.69 mg; Wapń: 553.22 mg; Fosfor: 1126.64 mg; Żelazo: 9.39 mg; Magnez: 255.47 mg;

czwartek 2025-04-17			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2048.29 kcal; Białko ogółem: 77.20 g; Tłuszcz ogółem: 38.58 g; Węglowodany ogółem: 328.29 g; Kw. tł. nasycone: 18.83 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1323.84 mg; Błonnik: 26.65 g; W tym cukry: 63.58 g; WW: 33.03 Por; Potas: 3667.69 mg; Wapń: 553.22 mg; Fosfor: 1126.64 mg; Żelazo: 9.39 mg; Magnez: 255.47 mg;

czwartek 2025-04-17			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2038.21 kcal; Białko ogółem: 87.10 g; Tłuszcz ogółem: 42.04 g; Węglowodany ogółem: 297.10 g; Kw. tł. nasycone: 18.95 g; Sól: 5.47 g; Sód: 1608.97 mg; Błonnik: 42.63 g; W tym cukry: 55.63 g; WW: 29.98 Por; Potas: 3853.83 mg; Wapń: 627.98 mg; Fosfor: 1464.33 mg; Żelazo: 12.08 mg; Magnez: 412.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-04-17		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociolek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1785.86 kcal; Białko ogółem: 61.28 g; Tłuszcz ogółem: 52.55 g; Węglowodany ogółem: 274.56 g; Kw. tł. nasycone: 10.27 g; Sól: 2.87 g; Sód: 315.97 mg; Błonnik: 30.00 g; W tym cukry: 47.75 g; WW: 27.60 Por; Potas: 3133.08 mg; Wapń: 176.98 mg; Fosfor: 731.22 mg; Żelazo: 6.53 mg; Magnez: 184.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.91 kcal; Białko ogółem: 78.99 g; Tłuszcz ogółem: 47.95 g; Węglowodany ogółem: 329.37 g; Kw. tł. nasycone: 20.94 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1677.71 mg; Błonnik: 37.65 g; W tym cukry: 78.11 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3593.45 mg; Wapń: 714.84 mg; Fosfor: 1107.43 mg; Żelazo: 12.06 mg; Magnez: 327.00 mg;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1972.23 kcal; Białko ogółem: 81.47 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 268.46 g; Kw. tł. nasycone: 18.97 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1701.18 mg; Błonnik: 40.53 g; W tym cukry: 46.85 g; WW: 26.88 Por; Potas: 3694.41 mg; Wapń: 724.82 mg; Fosfor: 1220.10 mg; Żelazo: 13.11 mg; Magnez: 387.87 mg;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2130.68 kcal; Białko ogółem: 76.35 g; Tłuszcz ogółem: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 326.38 g; Kw. tł. nasycone: 19.13 g; Sól: 3.42 g; Sód: 1294.59 mg; Błonnik: 23.70 g; W tym cukry: 67.16 g; WW: 32.96 Por; Potas: 2872.45 mg; Wapń: 634.49 mg; Fosfor: 824.27 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 230.19 mg;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1964.78 kcal; Białko ogółem: 76.60 g; Tłuszcz ogółem: 39.84 g; Węglowodany ogółem: 292.30 g; Kw. tł. nasycone: 17.30 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1252.19 mg; Błonnik: 22.94 g; W tym cukry: 63.62 g; WW: 29.44 Por; Potas: 2862.85 mg; Wapń: 604.29 mg; Fosfor: 832.47 mg; Żelazo: 9.04 mg; Magnez: 222.79 mg;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 70g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1854.71 kcal; Białko ogółem: 48.10 g; Tłuszcz ogółem: 43.83 g; Węglowodany ogółem: 278.41 g; Kw. tł. nasycone: 17.62 g; Sól: 1.37 g; Sód: 475.49 mg; Błonnik: 26.58 g; W tym cukry: 59.70 g; WW: 28.01 Por; Potas: 2576.76 mg; Wapń: 531.47 mg; Fosfor: 597.03 mg; Żelazo: 6.67 mg; Magnez: 181.93 mg;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z płatkami owsianymi z masłem, biszkoptami i bananem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,
---	--	--

Wartości odżywcze: Kcal: 2311.87 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz ogółem: 68.67 g; Węglowodany ogółem: 302.47 g; Kw. tł. nasycone: 22.05 g; Sól: 1.61 g; Sód: 552.69 mg; Błonnik: 18.75 g; W tym cukry: 96.97 g; WW: 30.57 Por; Potas: 4223.90 mg; Wapń: 816.63 mg; Fosfor: 1513.77 mg; Żelazo: 7.51 mg; Magnez: 330.32 mg;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa selerowa z ryżem (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemiaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2044.05 kcal; Białko ogółem: 79.98 g; Tłuszcz ogółem: 38.90 g; Węglowodany ogółem: 304.07 g; Kw. tł. nasycone: 19.13 g; Sól: 3.27 g; Sód: 1231.72 mg; Błonnik: 26.70 g; W tym cukry: 59.58 g; WW: 30.76 Por; Potas: 2831.50 mg; Wapń: 644.88 mg; Fosfor: 864.79 mg; Żelazo: 9.87 mg; Magnez: 236.47 mg;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemiaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 100g (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.01 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz ogółem: 60.20 g; Węglowodany ogółem: 295.86 g; Kw. tł. nasycone: 29.92 g; Sól: 3.88 g; Sód: 1437.99 mg; Błonnik: 22.99 g; W tym cukry: 66.49 g; WW: 29.78 Por; Potas: 2967.07 mg; Wapń: 686.57 mg; Fosfor: 1010.42 mg; Żelazo: 9.30 mg; Magnez: 232.40 mg;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemiaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1743.49 kcal; Białko ogółem: 65.87 g; Tłuszcz ogółem: 33.83 g; Węglowodany ogółem: 252.03 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 2.87 g; Sód: 1087.50 mg; Błonnik: 16.46 g; W tym cukry: 43.27 g; WW: 25.37 Por; Potas: 2112.60 mg; Wapń: 275.56 mg; Fosfor: 579.93 mg; Żelazo: 8.10 mg; Magnez: 177.20 mg;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemiaki 200g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1797.22 kcal; Białko ogółem: 56.99 g; Tłuszcz ogółem: 46.94 g; Węglowodany ogółem: 242.11 g; Kw. tł. nasycone: 20.34 g; Sól: 1.35 g; Sód: 480.53 mg; Błonnik: 23.90 g; W tym cukry: 50.01 g; WW: 24.33 Por; Potas: 2324.15 mg; Wapń: 307.91 mg; Fosfor: 527.56 mg; Żelazo: 6.63 mg; Magnez: 160.35 mg;

piątek 2025-04-18 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 2szt (<i>JAJ</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemiaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z zielonego groszku 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1762.15 kcal; Białko ogółem: 61.44 g; Tłuszcz ogółem: 48.27 g; Węglowodany ogółem: 290.31 g; Kw. tł. nasycone: 8.92 g; Sól: 2.74 g; Sód: 978.75 mg; Błonnik: 26.19 g; W tym cukry: 64.21 g; WW: 29.23 Por; Potas: 2787.58 mg; Wapń: 245.05 mg; Fosfor: 528.11 mg; Żelazo: 9.90 mg; Magnez: 202.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-04-18			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kotlet jajeczny smażony 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2167.28 kcal; Białko ogółem: 57.95 g; Tłuszcz ogółem: 66.15 g; Węglowodany ogółem: 298.75 g; Kw. tł. nasycone: 21.90 g; Sól: 4.31 g; Sód: 1573.79 mg; Błonnik: 31.72 g; W tym cukry: 60.22 g; WW: 29.93 Por; Potas: 3145.84 mg; Wapń: 633.70 mg; Fosfor: 1013.07 mg; Żelazo: 10.57 mg; Magnez: 284.86 mg;

piątek 2025-04-18			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Szpinak duszony b/soli 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną b/soli 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2036.93 kcal; Białko ogółem: 75.74 g; Tłuszcz ogółem: 39.80 g; Węglowodany ogółem: 303.23 g; Kw. tł. nasycone: 19.18 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1259.73 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 64.22 g; WW: 30.56 Por; Potas: 2902.00 mg; Wapń: 609.09 mg; Fosfor: 839.37 mg; Żelazo: 9.13 mg; Magnez: 225.18 mg;

piątek 2025-04-18			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą manną) 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2341.27 kcal; Białko ogółem: 111.07 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 366.98 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.09 g; Sód: 433.29 mg; Błonnik: 24.33 g; W tym cukry: 74.68 g; WW: 37.02 Por; Potas: 4489.86 mg; Wapń: 193.23 mg; Fosfor: 1388.12 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 296.56 mg;

piątek 2025-04-18			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Szpinak duszony b/soli 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną b/soli 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2036.93 kcal; Białko ogółem: 75.74 g; Tłuszcz ogółem: 39.80 g; Węglowodany ogółem: 303.23 g; Kw. tł. nasycone: 19.18 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1259.73 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 64.22 g; WW: 30.56 Por; Potas: 2902.00 mg; Wapń: 609.09 mg; Fosfor: 839.37 mg; Żelazo: 9.13 mg; Magnez: 225.18 mg;

piątek 2025-04-18			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1994.78 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz ogółem: 39.34 g; Węglowodany ogółem: 302.00 g; Kw. tł. nasycone: 18.90 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1252.19 mg; Błonnik: 22.94 g; W tym cukry: 63.62 g; WW: 30.44 Por; Potas: 2862.85 mg; Wapń: 604.29 mg; Fosfor: 832.47 mg; Żelazo: 9.04 mg; Magnez: 222.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-04-18Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt, Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1973.46 kcal; Białko ogółem: 84.83 g; Tłuszcz ogółem: 43.59 g; Węglowodany ogółem: 267.47 g; Kw. tł. nasycone: 18.47 g; Sól: 5.13 g; Sód: 1681.88 mg; Błonnik: 36.16 g; W tym cukry: 45.68 g; WW: 26.88 Por; Potas: 3610.71 mg; Wapń: 720.22 mg; Fosfor: 1160.10 mg; Żelazo: 12.98 mg; Magnez: 358.98 mg;

piątek 2025-04-18Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 2szt (<i>JAJ</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z zielonego groszku 40g , Dżem szt- 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1808.31 kcal; Białko ogółem: 45.68 g; Tłuszcz ogółem: 68.69 g; Węglowodany ogółem: 266.88 g; Kw. tł. nasycone: 10.28 g; Sól: 0.84 g; Sód: 220.53 mg; Błonnik: 29.74 g; W tym cukry: 61.76 g; WW: 26.83 Por; Potas: 2548.62 mg; Wapń: 212.96 mg; Fosfor: 369.99 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 164.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-04-19Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 200ml , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2504.08 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz ogółem: 59.37 g; Węglowodany ogółem: 344.57 g; Kw. tł.

nasycone: 21.32 g; Sól: 6.18 g; Sód: 1845.96 mg; Błonnik: 39.97 g; W tym cukry: 98.38 g; WW: 34.64 Por; Potas: 4224.96 mg; Wapń:

1011.25 mg; Fosfor: 1511.35 mg; Żelazo: 12.35 mg; Magnez: 347.52 mg;

sobota 2025-04-19Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z brązowym ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2056.01 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz ogółem: 53.66 g; Węglowodany ogółem: 263.95 g; Kw. tł.

nasycone: 17.64 g; Sól: 6.51 g; Sód: 1982.61 mg; Błonnik: 41.61 g; W tym cukry: 42.71 g; WW: 26.63 Por; Potas: 4141.44 mg; Wapń: 925.70

mg; Fosfor: 1560.07 mg; Żelazo: 12.80 mg; Magnez: 402.55 mg;

sobota 2025-04-19Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Rukola 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2100.12 kcal; Białko ogółem: 85.52 g; Tłuszcz ogółem: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 299.76 g; Kw. tł.

nasycone: 11.35 g; Sól: 4.04 g; Sód: 1157.62 mg; Błonnik: 26.59 g; W tym cukry: 61.44 g; WW: 30.18 Por; Potas: 3393.76 mg; Wapń: 580.88

mg; Fosfor: 1083.27 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 234.78 mg;

sobota 2025-04-19Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2002.93 kcal; Białko ogółem: 87.82 g; Tłuszcz ogółem: 43.49 g; Węglowodany ogółem: 292.91 g; Kw. tł.

nasycone: 9.17 g; Sól: 4.03 g; Sód: 1160.23 mg; Błonnik: 26.73 g; W tym cukry: 64.71 g; WW: 29.50 Por; Potas: 3802.61 mg; Wapń: 592.35

mg; Fosfor: 1093.03 mg; Żelazo: 9.32 mg; Magnez: 244.69 mg;

sobota 2025-04-19Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1709.19 kcal; Białko ogółem: 48.95 g; Tłuszcz ogółem: 41.53 g; Węglowodany ogółem: 242.67 g; Kw. tł.

nasycone: 6.73 g; Sól: 0.88 g; Sód: 289.29 mg; Błonnik: 27.93 g; W tym cukry: 49.84 g; WW: 24.41 Por; Potas: 3167.24 mg; Wapń: 266.37

mg; Fosfor: 681.44 mg; Żelazo: 6.89 mg; Magnez: 173.83 mg;

sobota 2025-04-19Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) (papka) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki (papka) 200g , Marchewka duszona (papka) 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg (papka) 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.59 kcal; Białko ogółem: 93.20 g; Tłuszcz ogółem: 33.37 g; Węglowodany ogółem: 302.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.37 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1177.83 mg; Błonnik: 26.43 g; W tym cukry: 61.81 g; WW: 30.53 Por; Potas: 3668.79 mg; Wapń: 572.53 mg; Fosfor: 1149.36 mg; Żelazo: 9.32 mg; Magnez: 249.35 mg;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 80g (JAJ, GOR), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2214.93 kcal; Białko ogółem: 96.88 g; Tłuszcz ogółem: 50.49 g; Węglowodany ogółem: 304.49 g; Kw. tł. nasycone: 13.25 g; Sól: 4.21 g; Sód: 1177.99 mg; Błonnik: 26.75 g; W tym cukry: 66.00 g; WW: 30.68 Por; Potas: 3850.59 mg; Wapń: 630.73 mg; Fosfor: 1184.16 mg; Żelazo: 9.42 mg; Magnez: 248.56 mg;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.67 kcal; Białko ogółem: 79.66 g; Tłuszcz ogółem: 38.15 g; Węglowodany ogółem: 281.05 g; Kw. tł. nasycone: 8.94 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1100.48 mg; Błonnik: 22.82 g; W tym cukry: 58.37 g; WW: 28.29 Por; Potas: 3389.26 mg; Wapń: 515.40 mg; Fosfor: 1041.13 mg; Żelazo: 7.82 mg; Magnez: 215.94 mg;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.47 kcal; Białko ogółem: 62.50 g; Tłuszcz ogółem: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 244.48 g; Kw. tł. nasycone: 7.75 g; Sól: 1.09 g; Sód: 309.49 mg; Błonnik: 27.81 g; W tym cukry: 50.45 g; WW: 24.56 Por; Potas: 3257.94 mg; Wapń: 285.40 mg; Fosfor: 771.07 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 181.48 mg;

sobota 2025-04-19 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.41 kcal; Białko ogółem: 77.88 g; Tłuszcz ogółem: 62.06 g; Węglowodany ogółem: 277.75 g; Kw. tł. nasycone: 10.52 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1159.33 mg; Błonnik: 25.92 g; W tym cukry: 53.12 g; WW: 27.99 Por; Potas: 3634.66 mg; Wapń: 250.45 mg; Fosfor: 812.73 mg; Żelazo: 9.79 mg; Magnez: 223.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-04-19Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1995.76 kcal; Białko ogółem: 93.41 g; Tłuszcz ogółem: 50.26 g; Węglowodany ogółem: 257.78 g; Kw. tł. nasycone: 17.10 g; Sól: 5.43 g; Sód: 1723.43 mg; Błonnik: 35.17 g; W tym cukry: 38.66 g; WW: 26.02 Por; Potas: 3915.13 mg; Wapń: 634.64 mg; Fosfor: 1386.99 mg; Żelazo: 12.08 mg; Magnez: 352.55 mg;

sobota 2025-04-19Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/glu 60ml , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1847.04 kcal; Białko ogółem: 57.61 g; Tłuszcz ogółem: 69.68 g; Węglowodany ogółem: 255.53 g; Kw. tł. nasycone: 10.71 g; Sól: 2.91 g; Sód: 287.51 mg; Błonnik: 30.15 g; W tym cukry: 50.29 g; WW: 25.72 Por; Potas: 3368.90 mg; Wapń: 214.81 mg; Fosfor: 637.01 mg; Żelazo: 7.18 mg; Magnez: 180.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa biała na ciepło 1 szt 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chrzan tarty 15g (<i>MLE, S02</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa barszcz biały z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL, S02</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasztet Jana 50g (<i>GLU, SEL, GOR</i>), Ćwikła 15g , Sałatka jarzynowa 100g (<i>JAJ, GOR</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłecznik 70g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2927.75 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz ogółem: 77.56 g; Węglowodany ogółem: 372.78 g; Kw. tł. nasycone: 28.14 g; Sól: 7.68 g; Sód: 1398.88 mg; Błonnik: 42.90 g; W tym cukry: 93.22 g; WW: 37.44 Por; Potas: 5075.35 mg; Wapń: 613.44 mg; Fosfor: 1319.27 mg; Żelazo: 13.13 mg; Magnez: 350.75 mg;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa biała na ciepło 1 szt 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chrzan tarty 15g (<i>MLE, S02</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa barszcz biały z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL, S02</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasztet Jana 50g (<i>GLU, SEL, GOR</i>), Ćwikła 15g , Sałatka jarzynowa 100g (<i>JAJ, GOR</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2449.91 kcal; Białko ogółem: 109.45 g; Tłuszcz ogółem: 68.03 g; Węglowodany ogółem: 291.29 g; Kw. tł. nasycone: 23.92 g; Sól: 7.67 g; Sód: 1401.43 mg; Błonnik: 43.42 g; W tym cukry: 50.99 g; WW: 29.31 Por; Potas: 5047.69 mg; Wapń: 603.10 mg; Fosfor: 1371.15 mg; Żelazo: 13.42 mg; Magnez: 377.01 mg;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Rukola 20g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Jabłecznik 70g ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko gotowane 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2504.67 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz ogółem: 59.97 g; Węglowodany ogółem: 345.42 g; Kw. tł. nasycone: 15.99 g; Sól: 6.11 g; Sód: 1163.91 mg; Błonnik: 28.01 g; W tym cukry: 76.17 g; WW: 34.88 Por; Potas: 3489.70 mg; Wapń: 551.71 mg; Fosfor: 1046.04 mg; Żelazo: 8.91 mg; Magnez: 221.01 mg;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Jabłecznik 70g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 50g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2357.01 kcal; Białko ogółem: 113.14 g; Tłuszcz ogółem: 54.73 g; Węglowodany ogółem: 330.88 g; Kw. tł. nasycone: 13.62 g; Sól: 5.05 g; Sód: 1195.51 mg; Błonnik: 31.07 g; W tym cukry: 77.08 g; WW: 33.28 Por; Potas: 3604.10 mg; Wapń: 532.51 mg; Fosfor: 923.24 mg; Żelazo: 7.31 mg; Magnez: 194.61 mg;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 60g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.05 kcal; Białko ogółem: 54.96 g; Tłuszcz ogółem: 51.78 g; Węglowodany ogółem: 304.72 g; Kw. tł. nasycone: 11.07 g; Sól: 2.13 g; Sód: 365.05 mg; Błonnik: 28.70 g; W tym cukry: 54.15 g; WW: 30.67 Por; Potas: 2916.48 mg; Wapń: 423.60 mg; Fosfor: 618.44 mg; Żelazo: 4.92 mg; Magnez: 150.65 mg;

niedziela 2025-04-20 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Miód 15g , Mus z gruszek 150g ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Biskupki 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Mleko 100ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jabłko 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2370.66 kcal; Białko ogółem: 102.01 g; Tłuszcz ogółem: 72.73 g; Węglowodany ogółem: 309.64 g; Kw. tł. nasycone: 23.37 g; Sól: 1.60 g; Sód: 547.04 mg; Błonnik: 23.09 g; W tym cukry: 99.45 g; WW: 31.15 Por; Potas: 4348.39 mg; Wapń: 824.54 mg; Fosfor: 1438.17 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 291.94 mg;

niedziela 2025-04-20Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Rosół z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona (papka) 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Brokuł gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jablko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2074.39 kcal; Białko ogółem: 96.05 g; Tłuszcz ogółem: 38.55 g; Węglowodany ogółem: 303.31 g; Kw. tł. nasycone: 11.82 g; Sól: 4.06 g; Sód: 1076.57 mg; Błonnik: 29.36 g; W tym cukry: 49.39 g; WW: 30.59 Por; Potas: 3226.44 mg; Wapń: 479.87 mg; Fosfor: 784.01 mg; Żelazo: 6.75 mg; Magnez: 183.62 mg;

niedziela 2025-04-20Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 120g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Jablecznik 70g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jablko gotowane 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2497.88 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz ogółem: 54.73 g; Węglowodany ogółem: 350.00 g; Kw. tł. nasycone: 13.86 g; Sól: 4.24 g; Sód: 1206.95 mg; Błonnik: 31.05 g; W tym cukry: 76.68 g; WW: 35.22 Por; Potas: 3698.52 mg; Wapń: 523.54 mg; Fosfor: 950.24 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 199.25 mg;

niedziela 2025-04-20Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Jablecznik 70g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jablko gotowane 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2337.25 kcal; Białko ogółem: 97.09 g; Tłuszcz ogółem: 57.28 g; Węglowodany ogółem: 317.12 g; Kw. tł. nasycone: 12.92 g; Sól: 4.94 g; Sód: 1150.41 mg; Błonnik: 25.80 g; W tym cukry: 70.09 g; WW: 31.82 Por; Potas: 2912.21 mg; Wapń: 418.60 mg; Fosfor: 720.64 mg; Żelazo: 5.66 mg; Magnez: 156.24 mg;

niedziela 2025-04-20Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jablko gotowane 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1921.95 kcal; Białko ogółem: 69.43 g; Tłuszcz ogółem: 48.70 g; Węglowodany ogółem: 257.25 g; Kw. tł. nasycone: 9.09 g; Sól: 2.23 g; Sód: 240.84 mg; Błonnik: 27.45 g; W tym cukry: 42.17 g; WW: 25.91 Por; Potas: 3100.96 mg; Wapń: 170.41 mg; Fosfor: 562.63 mg; Żelazo: 6.25 mg; Magnez: 153.39 mg;

niedziela 2025-04-20Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jablko gotowane 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1972.31 kcal; Białko ogółem: 84.20 g; Tłuszcz ogółem: 64.76 g; Węglowodany ogółem: 276.14 g; Kw. tł. nasycone: 11.74 g; Sól: 5.46 g; Sód: 1034.71 mg; Błonnik: 29.66 g; W tym cukry: 54.95 g; WW: 27.72 Por; Potas: 3278.40 mg; Wapń: 192.11 mg; Fosfor: 588.64 mg; Żelazo: 6.82 mg; Magnez: 166.91 mg;

niedziela 2025-04-20Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem b/mięsa 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Jablecznik 70g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Salátka jarzynowa 100g (<i>JAJ, GOR</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jablko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2533.87 kcal; Białko ogółem: 63.34 g; Tłuszcz ogółem: 68.38 g; Węglowodany ogółem: 361.91 g; Kw. tł. nasycone: 14.34 g; Sól: 3.76 g; Sód: 1244.60 mg; Błonnik: 43.78 g; W tym cukry: 81.77 g; WW: 36.36 Por; Potas: 3814.38 mg; Wapń: 601.73 mg; Fosfor: 1017.54 mg; Żelazo: 10.65 mg; Magnez: 274.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-04-20			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Brokuł gotowany na parze b/soli 100g , Marchewka duszona z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml , Jablecznik 50g ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salátka jarzynowa b/soli 100g (<i>JAJ, GOR</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2473.10 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; Tłuszcz ogółem: 62.74 g; Węglowodany ogółem: 334.76 g; Kw. tł. nasycone: 14.96 g; Sól: 5.19 g; Sód: 1192.61 mg; Błonnik: 29.71 g; W tym cukry: 70.12 g; WW: 33.63 Por; Potas: 3640.26 mg; Wapń: 465.27 mg; Fosfor: 822.70 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 192.59 mg;

niedziela 2025-04-20			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),			Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),			Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 250ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
			Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2490.21 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz ogółem: 72.86 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g; Kw. tł. nasycone: 24.22 g; Sól: 1.87 g; Sód: 587.16 mg; Błonnik: 18.76 g; W tym cukry: 97.71 g; WW: 29.73 Por; Potas: 4251.47 mg; Wapń: 927.79 mg; Fosfor: 1499.47 mg; Żelazo: 6.75 mg; Magnez: 291.76 mg;

niedziela 2025-04-20			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Brokuł gotowany na parze b/soli 100g , Marchewka duszona z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml , Jablecznik 70g ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko gotowane 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2502.14 kcal; Białko ogółem: 110.85 g; Tłuszcz ogółem: 59.92 g; Węglowodany ogółem: 341.36 g; Kw. tł. nasycone: 16.05 g; Sól: 5.06 g; Sód: 1194.80 mg; Błonnik: 31.49 g; W tym cukry: 77.40 g; WW: 34.35 Por; Potas: 3660.26 mg; Wapń: 539.53 mg; Fosfor: 932.78 mg; Żelazo: 7.44 mg; Magnez: 198.02 mg;

niedziela 2025-04-20			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.52 kcal; Białko ogółem: 95.41 g; Tłuszcz ogółem: 39.16 g; Węglowodany ogółem: 318.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.83 g; Sól: 4.74 g; Sód: 1133.41 mg; Błonnik: 29.51 g; W tym cukry: 54.28 g; WW: 32.04 Por; Potas: 3458.02 mg; Wapń: 470.54 mg; Fosfor: 782.72 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 184.17 mg;

niedziela 2025-04-20			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz biały z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL, S02</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.68 kcal; Białko ogółem: 122.24 g; Tłuszcz ogółem: 49.58 g; Węglowodany ogółem: 308.00 g; Kw. tł. nasycone: 13.14 g; Sól: 6.96 g; Sód: 1656.73 mg; Błonnik: 43.35 g; W tym cukry: 48.38 g; WW: 31.19 Por; Potas: 4999.12 mg; Wapń: 639.53 mg; Fosfor: 1551.55 mg; Żelazo: 14.48 mg; Magnez: 413.90 mg;

niedziela 2025-04-20			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1950.60 kcal; Białko ogółem: 58.24 g; Tłuszcz ogółem: 63.52 g; Węglowodany ogółem: 293.78 g; Kw. tł. nasycone: 11.77 g; Sól: 2.42 g; Sód: 254.70 mg; Błonnik: 30.18 g; W tym cukry: 54.82 g; WW: 29.54 Por; Potas: 3267.60 mg; Wapń: 192.34 mg; Fosfor: 586.24 mg; Żelazo: 6.75 mg; Magnez: 165.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów