

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-05 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 krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , 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>), 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 żółty 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2260.24 kcal; Białko ogółem: 80.92 g; Tłuszcz ogółem: 48.54 g; Węglowodany ogółem: 324.44 g; Kw. tł. nasycone: 17.09 g; Sól: 5.36 g; Sód: 1533.14 mg; Błonnik: 35.54 g; W tym cukry: 65.52 g; WW: 32.53 Por; Potas: 2629.48 mg; Wapń: 868.24 mg; Fosfor: 1470.27 mg; Żelazo: 8.92 mg; Magnez: 343.70 mg;

poniedziałek 2025-05-05 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 krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</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 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 żółty 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: 2049.56 kcal; Białko ogółem: 82.13 g; Tłuszcz ogółem: 47.19 g; Węglowodany ogółem: 288.79 g; Kw. tł. nasycone: 14.96 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1575.94 mg; Błonnik: 36.94 g; W tym cukry: 41.86 g; WW: 28.93 Por; Potas: 2696.08 mg; Wapń: 873.04 mg; Fosfor: 1554.27 mg; Żelazo: 9.92 mg; Magnez: 376.70 mg;

poniedziałek 2025-05-05 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>), Dżem szt - 25g 1szt , 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 , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2093.85 kcal; Białko ogółem: 71.54 g; Tłuszcz ogółem: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 329.94 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1070.32 mg; Błonnik: 19.92 g; W tym cukry: 80.37 g; WW: 33.31 Por; Potas: 2858.78 mg; Wapń: 577.79 mg; Fosfor: 963.71 mg; Żelazo: 6.32 mg; Magnez: 214.36 mg;

poniedziałek 2025-05-05 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>), 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 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 , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1980.57 kcal; Białko ogółem: 72.45 g; Tłuszcz ogółem: 37.48 g; Węglowodany ogółem: 311.40 g; Kw. tł. nasycone: 9.86 g; Sól: 4.11 g; Sód: 1070.32 mg; Błonnik: 19.92 g; W tym cukry: 80.37 g; WW: 31.41 Por; Potas: 2858.78 mg; Wapń: 577.79 mg; Fosfor: 963.71 mg; Żelazo: 6.32 mg; Magnez: 214.36 mg;

poniedziałek 2025-05-05 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>), 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 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 , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1976.97 kcal; Białko ogółem: 47.46 g; Tłuszcz ogółem: 42.05 g; Węglowodany ogółem: 303.94 g; Kw. tł. nasycone: 11.07 g; Sól: 2.17 g; Sód: 290.32 mg; Błonnik: 23.72 g; W tym cukry: 76.37 g; WW: 30.61 Por; Potas: 2578.28 mg; Wapń: 500.79 mg; Fosfor: 702.21 mg; Żelazo: 4.02 mg; Magnez: 173.86 mg;

poniedziałek 2025-05-05 Jadłospis 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>),
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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-05Jadłospis 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: 1855.91 kcal; Białko ogółem: 74.10 g; Tłuszcz ogółem: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 296.13 g; Kw. tł. nasycone: 11.62 g; Sól: 4.04 g; Sód: 1087.60 mg; Błonnik: 22.69 g; W tym cukry: 56.82 g; WW: 29.87 Por; Potas: 2282.29 mg; Wapń: 605.87 mg; Fosfor: 960.92 mg; Żelazo: 6.53 mg; Magnez: 164.11 mg;

poniedziałek 2025-05-05Jadłospis 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 , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2492.30 kcal; Białko ogółem: 107.69 g; Tłuszcz ogółem: 67.92 g; Węglowodany ogółem: 319.03 g; Kw. tł. nasycone: 29.80 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1379.31 mg; Błonnik: 19.97 g; W tym cukry: 86.87 g; WW: 32.18 Por; Potas: 3089.20 mg; Wapń: 765.07 mg; Fosfor: 1393.26 mg; Żelazo: 6.82 mg; Magnez: 234.57 mg;

poniedziałek 2025-05-05Jadłospis 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: 1781.63 kcal; Białko ogółem: 69.50 g; Tłuszcz ogółem: 32.48 g; Węglowodany ogółem: 255.49 g; Kw. tł. nasycone: 9.79 g; Sól: 3.92 g; Sód: 989.34 mg; Błonnik: 12.78 g; W tym cukry: 36.85 g; WW: 25.68 Por; Potas: 1819.91 mg; Wapń: 530.93 mg; Fosfor: 894.19 mg; Żelazo: 5.07 mg; Magnez: 133.21 mg;

poniedziałek 2025-05-05Jadłospis 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 , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1941.44 kcal; Białko ogółem: 69.06 g; Tłuszcz ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 283.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.30 g; Sól: 2.15 g; Sód: 241.95 mg; Błonnik: 23.22 g; W tym cukry: 68.18 g; WW: 28.53 Por; Potas: 2380.72 mg; Wapń: 319.89 mg; Fosfor: 758.13 mg; Żelazo: 4.13 mg; Magnez: 157.00 mg;

poniedziałek 2025-05-05Jadłospis 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 , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1844.45 kcal; Białko ogółem: 44.52 g; Tłuszcz ogółem: 52.37 g; Węglowodany ogółem: 306.22 g; Kw. tł. nasycone: 8.58 g; Sól: 5.81 g; Sód: 1020.76 mg; Błonnik: 20.71 g; W tym cukry: 64.18 g; WW: 30.90 Por; Potas: 2428.75 mg; Wapń: 138.71 mg; Fosfor: 452.98 mg; Żelazo: 6.40 mg; Magnez: 180.29 mg;

poniedziałek 2025-05-05Jadłospis 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 , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.96 kcal; Białko ogółem: 76.02 g; Tłuszcz ogółem: 43.26 g; Węglowodany ogółem: 287.57 g; Kw. tł. nasycone: 17.81 g; Sól: 3.88 g; Sód: 1464.74 mg; Błonnik: 32.74 g; W tym cukry: 54.63 g; WW: 28.82 Por; Potas: 2495.24 mg; Wapń: 928.15 mg; Fosfor: 1455.50 mg; Żelazo: 7.96 mg; Magnez: 321.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-05			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
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: 2212.35 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 334.10 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.08 g; Sód: 427.94 mg; Błonnik: 26.57 g; W tym cukry: 57.55 g; WW: 33.71 Por; Potas: 4697.70 mg; Wapń: 205.29 mg; Fosfor: 1397.32 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 304.38 mg;

poniedziałek 2025-05-05			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 b/soli 300ml (<i>MLE, 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 b/soli 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 , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2084.97 kcal; Białko ogółem: 71.41 g; Tłuszcz ogółem: 37.80 g; Węglowodany ogółem: 321.19 g; Kw. tł. nasycone: 12.01 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1069.93 mg; Błonnik: 19.92 g; W tym cukry: 80.37 g; WW: 32.41 Por; Potas: 2858.78 mg; Wapń: 577.79 mg; Fosfor: 963.71 mg; Żelazo: 6.32 mg; Magnez: 214.36 mg;

poniedziałek 2025-05-05			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 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>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>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1976.16 kcal; Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz ogółem: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 310.83 g; Kw. tł. nasycone: 10.46 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1070.32 mg; Błonnik: 19.92 g; W tym cukry: 80.41 g; WW: 31.37 Por; Potas: 2858.78 mg; Wapń: 577.79 mg; Fosfor: 963.71 mg; Żelazo: 6.32 mg; Magnez: 214.36 mg;

poniedziałek 2025-05-05			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>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Salata 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: 2076.48 kcal; Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz ogółem: 47.33 g; Węglowodany ogółem: 291.94 g; Kw. tł. nasycone: 15.02 g; Sól: 5.51 g; Sód: 1625.41 mg; Błonnik: 37.67 g; W tym cukry: 44.04 g; WW: 29.33 Por; Potas: 2774.98 mg; Wapń: 893.64 mg; Fosfor: 1534.41 mg; Żelazo: 10.17 mg; Magnez: 383.55 mg;

poniedziałek 2025-05-05			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka 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>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</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: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1754.54 kcal; Białko ogółem: 30.58 g; Tłuszcz ogółem: 54.57 g; Węglowodany ogółem: 287.89 g; Kw. tł. nasycone: 9.43 g; Sól: 3.26 g; Sód: 149.06 mg; Błonnik: 25.08 g; W tym cukry: 61.46 g; WW: 29.02 Por; Potas: 2171.15 mg; Wapń: 104.21 mg; Fosfor: 282.78 mg; Żelazo: 3.87 mg; Magnez: 138.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-05-06 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 , Biskopity 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2619.48 kcal; Białko ogółem: 97.42 g; Tłuszcz ogółem: 73.79 g; Węglowodany ogółem: 308.90 g; Kw. tł. nasycone: 26.42 g; Sól: 6.86 g; Sód: 2228.97 mg; Błonnik: 36.11 g; W tym cukry: 75.19 g; WW: 31.10 Por; Potas: 3889.44 mg; Wapń: 584.65 mg; Fosfor: 1221.37 mg; Żelazo: 14.59 mg; Magnez: 351.24 mg;

wtorek 2025-05-06 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: 2233.58 kcal; Białko ogółem: 90.88 g; Tłuszcz ogółem: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 271.78 g; Kw. tł. nasycone: 24.16 g; Sól: 6.74 g; Sód: 2259.12 mg; Błonnik: 34.77 g; W tym cukry: 61.20 g; WW: 27.40 Por; Potas: 4292.74 mg; Wapń: 884.55 mg; Fosfor: 1519.37 mg; Żelazo: 15.74 mg; Magnez: 412.24 mg;

wtorek 2025-05-06 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 , Biskopity 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2405.23 kcal; Białko ogółem: 89.05 g; Tłuszcz ogółem: 63.51 g; Węglowodany ogółem: 300.92 g; Kw. tł. nasycone: 21.47 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1314.68 mg; Błonnik: 21.37 g; W tym cukry: 44.50 g; WW: 30.37 Por; Potas: 3488.02 mg; Wapń: 299.79 mg; Fosfor: 845.99 mg; Żelazo: 11.77 mg; Magnez: 268.89 mg;

wtorek 2025-05-06 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>), 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 , Biskopity 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2221.33 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz ogółem: 63.19 g; Węglowodany ogółem: 271.38 g; Kw. tł. nasycone: 19.32 g; Sól: 4.48 g; Sód: 1314.68 mg; Błonnik: 21.37 g; W tym cukry: 44.50 g; WW: 27.37 Por; Potas: 3488.02 mg; Wapń: 299.79 mg; Fosfor: 845.99 mg; Żelazo: 11.77 mg; Magnez: 268.89 mg;

wtorek 2025-05-06 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 , Biskopity 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2024.63 kcal; Białko ogółem: 61.68 g; Tłuszcz ogółem: 62.59 g; Węglowodany ogółem: 229.26 g; Kw. tł. nasycone: 18.52 g; Sól: 2.31 g; Sód: 442.43 mg; Błonnik: 22.75 g; W tym cukry: 29.53 g; WW: 23.10 Por; Potas: 3264.02 mg; Wapń: 269.79 mg; Fosfor: 697.99 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 232.89 mg;

wtorek 2025-05-06 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>),

Jadłospisy dla oddziałów

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 ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Kcal: 2418.29 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz ogółem: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 308.45 g; Kw. tł. nasycone: 25.30 g; Sól: 1.67 g; Sód: 571.79 mg; Błonnik: 21.53 g; W tym cukry: 99.88 g; WW: 31.13 Por; Potas: 4289.45 mg; Wapń: 898.34 mg; Fosfor: 1612.31 mg; Żelazo: 8.06 mg; Magnez: 338.59 mg;

wtorek 2025-05-06 Jadłospis 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: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2208.99 kcal; Białko ogółem: 88.18 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 274.65 g; Kw. tł. nasycone: 20.91 g; Sól: 4.64 g; Sód: 1277.26 mg; Błonnik: 21.99 g; W tym cukry: 36.81 g; WW: 27.73 Por; Potas: 3089.43 mg; Wapń: 290.87 mg; Fosfor: 848.05 mg; Żelazo: 10.51 mg; Magnez: 261.39 mg;

wtorek 2025-05-06 Jadłospis 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>), 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 80g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2614.90 kcal; Białko ogółem: 109.57 g; Tłuszcz ogółem: 84.17 g; Węglowodany ogółem: 286.82 g; Kw. tł. nasycone: 32.70 g; Sól: 5.05 g; Sód: 1537.57 mg; Błonnik: 22.17 g; W tym cukry: 51.44 g; WW: 28.91 Por; Potas: 3582.22 mg; Wapń: 378.19 mg; Fosfor: 1031.39 mg; Żelazo: 11.97 mg; Magnez: 277.49 mg;

wtorek 2025-05-06 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 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 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 , Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1957.74 kcal; Białko ogółem: 75.91 g; Tłuszcz ogółem: 51.30 g; Węglowodany ogółem: 227.41 g; Kw. tł. nasycone: 16.09 g; Sól: 4.13 g; Sód: 1169.39 mg; Błonnik: 17.06 g; W tym cukry: 26.55 g; WW: 22.93 Por; Potas: 3138.00 mg; Wapń: 272.83 mg; Fosfor: 824.25 mg; Żelazo: 10.59 mg; Magnez: 255.17 mg;

wtorek 2025-05-06 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>), 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 , 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 60g (<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: 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 2025-05-06 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 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>), 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>), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1939.00 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz ogółem: 70.47 g; Węglowodany ogółem: 264.72 g; Kw. tł. nasycone: 12.49 g; Sól: 4.80 g; Sód: 1183.09 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 46.51 g; WW: 26.72 Por; Potas: 3775.90 mg; Wapń: 296.86 mg; Fosfor: 876.03 mg; Żelazo: 12.99 mg; Magnez: 291.47 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

wtorek 2025-05-06	Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń	
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (SEL),	Płynna obiadowa 400ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.15 kcal; Białko ogółem: 91.50 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 277.09 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.93 g; Sód: 362.32 mg; Błonnik: 18.62 g; W tym cukry: 79.78 g; WW: 27.98 Por; Potas: 3659.62 mg; Wapń: 153.68 mg; Fosfor: 1117.30 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 241.34 mg;

wtorek 2025-05-06		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 , Biskvity 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2330.68 kcal; Białko ogółem: 89.16 g; Tłuszcz ogółem: 63.55 g; Węglowodany ogółem: 282.35 g; Kw. tł. nasycone: 21.48 g; Sól: 4.51 g; Sód: 1321.83 mg; Błonnik: 21.89 g; W tym cukry: 45.10 g; WW: 28.49 Por; Potas: 3527.17 mg; Wapń: 304.59 mg; Fosfor: 852.89 mg; Żelazo: 11.86 mg; Magnez: 271.28 mg;

wtorek 2025-05-06		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szywnka 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 , Sałatka 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 , Poledwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2170.41 kcal; Białko ogółem: 90.01 g; Tłuszcz ogółem: 62.60 g; Węglowodany ogółem: 269.93 g; Kw. tł. nasycone: 20.35 g; Sól: 5.93 g; Sód: 1577.04 mg; Błonnik: 33.32 g; W tym cukry: 58.74 g; WW: 27.25 Por; Potas: 4449.67 mg; Wapń: 631.48 mg; Fosfor: 1345.69 mg; Żelazo: 15.68 mg; Magnez: 401.60 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-05-07 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>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>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</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i ananasa z olejem 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 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2024.97 kcal; Białko ogółem: 68.69 g; Tłuszcz ogółem: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 290.12 g; Kw. tł. nasycone: 13.21 g; Sól: 6.83 g; Sód: 2318.77 mg; Błonnik: 40.33 g; W tym cukry: 86.82 g; WW: 29.03 Por; Potas: 2799.23 mg; Wapń: 622.07 mg; Fosfor: 978.12 mg; Żelazo: 10.37 mg; Magnez: 247.65 mg;

środa 2025-05-07 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>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>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 ananasa z olejem 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 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1826.77 kcal; Białko ogółem: 70.03 g; Tłuszcz ogółem: 39.69 g; Węglowodany ogółem: 264.07 g; Kw. tł. nasycone: 11.11 g; Sól: 6.85 g; Sód: 2361.57 mg; Błonnik: 41.73 g; W tym cukry: 63.16 g; WW: 26.43 Por; Potas: 2865.83 mg; Wapń: 626.87 mg; Fosfor: 1062.12 mg; Żelazo: 11.37 mg; Magnez: 280.65 mg;

środa 2025-05-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 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 , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>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</i> , <i>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</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2062.41 kcal; Białko ogółem: 74.88 g; Tłuszcz ogółem: 38.41 g; Węglowodany ogółem: 321.92 g; Kw. tł. nasycone: 11.89 g; Sól: 3.08 g; Sód: 1163.47 mg; Błonnik: 26.42 g; W tym cukry: 85.88 g; WW: 32.52 Por; Potas: 3502.10 mg; Wapń: 549.68 mg; Fosfor: 903.33 mg; Żelazo: 8.91 mg; Magnez: 217.86 mg;

środa 2025-05-07 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
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 ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>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</i> , <i>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</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1875.08 kcal; Białko ogółem: 75.12 g; Tłuszcz ogółem: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 277.98 g; Kw. tł. nasycone: 10.04 g; Sól: 3.08 g; Sód: 1171.17 mg; Błonnik: 27.52 g; W tym cukry: 59.28 g; WW: 28.07 Por; Potas: 3693.40 mg; Wapń: 567.23 mg; Fosfor: 922.78 mg; Żelazo: 9.45 mg; Magnez: 226.31 mg;

środa 2025-05-07 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> , <i>SEL</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <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</i> , <i>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</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1758.38 kcal; Białko ogółem: 50.85 g; Tłuszcz ogółem: 40.28 g; Węglowodany ogółem: 256.92 g; Kw. tł. nasycone: 9.39 g; Sól: 0.93 g; Sód: 311.67 mg; Błonnik: 30.80 g; W tym cukry: 44.63 g; WW: 25.90 Por; Potas: 3132.90 mg; Wapń: 242.23 mg; Fosfor: 560.78 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 162.31 mg;

środa 2025-05-07 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 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: 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: 2115.77 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz ogółem: 59.69 g; Węglowodany ogółem: 306.35 g; Kw. tł. nasycone: 17.31 g; Sól: 1.51 g; Sód: 563.91 mg; Błonnik: 19.47 g; W tym cukry: 104.16 g; WW: 30.93 Por; Potas: 4268.15 mg; Wapń: 861.26 mg; Fosfor: 1435.93 mg; Żelazo: 6.82 mg; Magnez: 285.59 mg;

środa 2025-05-07 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, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze (papka) 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: 1879.27 kcal; Białko ogółem: 77.08 g; Tłuszcz ogółem: 33.70 g; Węglowodany ogółem: 279.99 g; Kw. tł. nasycone: 11.59 g; Sól: 4.05 g; Sód: 1086.04 mg; Błonnik: 26.93 g; W tym cukry: 50.53 g; WW: 28.37 Por; Potas: 3380.46 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 894.37 mg; Żelazo: 9.79 mg; Magnez: 224.27 mg;

środa 2025-05-07 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, SEL</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 złociста 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: 2274.68 kcal; Białko ogółem: 99.97 g; Tłuszcz ogółem: 66.15 g; Węglowodany ogółem: 283.17 g; Kw. tł. nasycone: 28.13 g; Sól: 3.79 g; Sód: 1452.77 mg; Błonnik: 27.52 g; W tym cukry: 63.74 g; WW: 28.59 Por; Potas: 3846.00 mg; Wapń: 694.23 mg; Fosfor: 1223.58 mg; Żelazo: 9.77 mg; Magnez: 240.11 mg;

środa 2025-05-07 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, SEL</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 złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1636.50 kcal; Białko ogółem: 62.45 g; Tłuszcz ogółem: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 237.94 g; Kw. tł. nasycone: 8.73 g; Sól: 2.68 g; Sód: 1013.70 mg; Błonnik: 19.73 g; W tym cukry: 31.97 g; WW: 24.02 Por; Potas: 2692.58 mg; Wapń: 208.28 mg; Fosfor: 621.37 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 166.57 mg;

środa 2025-05-07 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, SEL</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 złociста 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: 1748.02 kcal; Białko ogółem: 62.63 g; Tłuszcz ogółem: 40.13 g; Węglowodany ogółem: 242.67 g; Kw. tł. nasycone: 8.85 g; Sól: 0.92 g; Sód: 308.90 mg; Błonnik: 30.48 g; W tym cukry: 46.64 g; WW: 24.47 Por; Potas: 3197.56 mg; Wapń: 283.27 mg; Fosfor: 639.67 mg; Żelazo: 7.04 mg; Magnez: 164.29 mg;

środa 2025-05-07 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, SEL</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 złociста 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: 1865.46 kcal; Białko ogółem: 68.61 g; Tłuszcz ogółem: 59.94 g; Węglowodany ogółem: 277.05 g; Kw. tł. nasycone: 12.26 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1177.25 mg; Błonnik: 27.97 g; W tym cukry: 47.66 g; WW: 28.01 Por; Potas: 3463.82 mg; Wapń: 255.97 mg; Fosfor: 721.34 mg; Żelazo: 9.79 mg; Magnez: 204.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-05-07			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 kiszonej 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 ananasa z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1841.65 kcal; Białko ogółem: 52.75 g; Tłuszcz ogółem: 46.02 g; Węglowodany ogółem: 260.72 g; Kw. tł. nasycone: 18.83 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1345.38 mg; Błonnik: 36.88 g; W tym cukry: 65.88 g; WW: 26.07 Por; Potas: 2496.88 mg; Wapń: 660.91 mg; Fosfor: 867.87 mg; Żelazo: 7.66 mg; Magnez: 221.61 mg;

środa 2025-05-07			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 ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,			Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,
			Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2232.30 kcal; Białko ogółem: 111.55 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 339.27 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.07 g; Sód: 422.54 mg; Błonnik: 27.26 g; W tym cukry: 62.57 g; WW: 34.22 Por; Potas: 4687.10 mg; Wapń: 190.04 mg; Fosfor: 1388.22 mg; Żelazo: 8.52 mg; Magnez: 299.08 mg;

środa 2025-05-07			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>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa dyniowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem b/soli 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem b/soli 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: 1925.63 kcal; Białko ogółem: 74.15 g; Tłuszcz ogółem: 38.65 g; Węglowodany ogółem: 283.43 g; Kw. tł. nasycone: 11.91 g; Sól: 3.08 g; Sód: 1168.72 mg; Błonnik: 27.28 g; W tym cukry: 58.94 g; WW: 28.64 Por; Potas: 3661.99 mg; Wapń: 564.77 mg; Fosfor: 915.91 mg; Żelazo: 9.36 mg; Magnez: 224.13 mg;

środa 2025-05-07			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>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</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: 1905.08 kcal; Białko ogółem: 74.02 g; Tłuszcz ogółem: 38.28 g; Węglowodany ogółem: 287.68 g; Kw. tł. nasycone: 11.64 g; Sól: 3.08 g; Sód: 1171.17 mg; Błonnik: 27.52 g; W tym cukry: 59.28 g; WW: 29.07 Por; Potas: 3693.40 mg; Wapń: 567.23 mg; Fosfor: 922.78 mg; Żelazo: 9.45 mg; Magnez: 226.31 mg;

środa 2025-05-07			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>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</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 ,
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: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1959.26 kcal; Białko ogółem: 82.12 g; Tłuszcz ogółem: 41.28 g; Węglowodany ogółem: 284.88 g; Kw. tł. nasycone: 10.81 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1436.87 mg; Błonnik: 41.85 g; W tym cukry: 62.47 g; WW: 28.77 Por; Potas: 4216.80 mg; Wapń: 607.33 mg; Fosfor: 1212.03 mg; Żelazo: 13.07 mg; Magnez: 342.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-05-07		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, SEL), 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: 1750.82 kcal; Białko ogółem: 49.79 g; Tłuszcz ogółem: 64.20 g; Węglowodany ogółem: 251.95 g; Kw. tł. nasycone: 12.53 g; Sól: 1.72 g; Sód: 280.26 mg; Błonnik: 31.69 g; W tym cukry: 44.85 g; WW: 25.43 Por; Potas: 3174.39 mg; Wapń: 220.70 mg; Fosfor: 533.71 mg; Żelazo: 7.01 mg; Magnez: 158.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-08 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: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2531.28 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz ogółem: 72.38 g; Węglowodany ogółem: 330.42 g; Kw. tł. nasycone: 18.15 g; Sól: 6.31 g; Sód: 2386.00 mg; Błonnik: 36.81 g; W tym cukry: 70.54 g; WW: 33.10 Por; Potas: 3180.68 mg; Wapń: 783.41 mg; Fosfor: 1426.58 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 373.82 mg;

czwartek 2025-05-08 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 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: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2204.04 kcal; Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz ogółem: 71.75 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; Kw. tł. nasycone: 15.95 g; Sól: 6.98 g; Sód: 2416.10 mg; Błonnik: 36.96 g; W tym cukry: 52.29 g; WW: 27.17 Por; Potas: 3203.88 mg; Wapń: 782.41 mg; Fosfor: 1506.28 mg; Żelazo: 11.42 mg; Magnez: 403.02 mg;

czwartek 2025-05-08 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 (b/brokula i kalafiora) z 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: 2290.73 kcal; Białko ogółem: 73.75 g; Tłuszcz ogółem: 54.86 g; Węglowodany ogółem: 332.43 g; Kw. tł. nasycone: 12.48 g; Sól: 3.17 g; Sód: 1156.98 mg; Błonnik: 18.90 g; W tym cukry: 43.59 g; WW: 33.45 Por; Potas: 2443.74 mg; Wapń: 527.48 mg; Fosfor: 969.83 mg; Żelazo: 7.38 mg; Magnez: 184.79 mg;

czwartek 2025-05-08 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 (b/brokula i kalafiora) z 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: 2115.55 kcal; Białko ogółem: 74.78 g; Tłuszcz ogółem: 54.65 g; Węglowodany ogółem: 311.36 g; Kw. tł. nasycone: 10.34 g; Sól: 3.17 g; Sód: 1155.78 mg; Błonnik: 18.62 g; W tym cukry: 43.29 g; WW: 31.32 Por; Potas: 2403.54 mg; Wapń: 520.28 mg; Fosfor: 963.53 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 182.09 mg;

czwartek 2025-05-08 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 (b/brokula i kalafiora) z 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: 2177.95 kcal; Białko ogółem: 59.14 g; Tłuszcz ogółem: 61.57 g; Węglowodany ogółem: 305.74 g; Kw. tł. nasycone: 12.95 g; Sól: 1.28 g; Sód: 397.78 mg; Błonnik: 22.42 g; W tym cukry: 40.89 g; WW: 30.72 Por; Potas: 2179.54 mg; Wapń: 490.28 mg; Fosfor: 815.53 mg; Żelazo: 4.97 mg; Magnez: 146.09 mg;

czwartek 2025-05-08 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 2025-05-08Jadłospis 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 (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 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>), Dynia duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2190.62 kcal; Białko ogółem: 77.99 g; Tłuszcz ogółem: 47.03 g; Węglowodany ogółem: 329.65 g; Kw. tł. nasycone: 12.45 g; Sól: 3.29 g; Sód: 1171.54 mg; Błonnik: 21.51 g; W tym cukry: 51.98 g; WW: 33.21 Por; Potas: 2508.17 mg; Wapń: 547.18 mg; Fosfor: 984.44 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 191.25 mg;

czwartek 2025-05-08Jadłospis 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 (b/brokula i kalafiora) z 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>), 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: 2450.59 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz ogółem: 64.54 g; Węglowodany ogółem: 324.83 g; Kw. tł. nasycone: 15.31 g; Sól: 3.47 g; Sód: 1244.95 mg; Błonnik: 19.39 g; W tym cukry: 51.60 g; WW: 32.67 Por; Potas: 2679.45 mg; Wapń: 721.47 mg; Fosfor: 1268.94 mg; Żelazo: 7.67 mg; Magnez: 203.45 mg;

czwartek 2025-05-08Jadłospis 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 (b/brokula i kalafiora) z 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 naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1893.45 kcal; Białko ogółem: 63.69 g; Tłuszcz ogółem: 50.02 g; Węglowodany ogółem: 261.19 g; Kw. tł. nasycone: 7.82 g; Sól: 2.87 g; Sód: 1043.28 mg; Błonnik: 17.12 g; W tym cukry: 30.64 g; WW: 26.27 Por; Potas: 2051.04 mg; Wapń: 220.28 mg; Fosfor: 748.53 mg; Żelazo: 6.92 mg; Magnez: 152.09 mg;

czwartek 2025-05-08Jadłospis 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 (b/brokula i kalafiora) z 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>), Dynia duszona 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2012.78 kcal; Białko ogółem: 63.83 g; Tłuszcz ogółem: 65.41 g; Węglowodany ogółem: 252.00 g; Kw. tł. nasycone: 12.35 g; Sól: 2.24 g; Sód: 406.16 mg; Błonnik: 20.77 g; W tym cukry: 41.43 g; WW: 25.34 Por; Potas: 2203.87 mg; Wapń: 504.52 mg; Fosfor: 843.55 mg; Żelazo: 5.01 mg; Magnez: 147.22 mg;

czwartek 2025-05-08Jadłospis 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 (b/brokula i kalafiora) z 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 , Dynia 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: 1986.32 kcal; Białko ogółem: 72.47 g; Tłuszcz ogółem: 74.91 g; Węglowodany ogółem: 271.29 g; Kw. tł. nasycone: 12.39 g; Sól: 3.81 g; Sód: 1189.21 mg; Błonnik: 19.89 g; W tym cukry: 30.83 g; WW: 27.29 Por; Potas: 2326.52 mg; Wapń: 203.38 mg; Fosfor: 851.54 mg; Żelazo: 7.75 mg; Magnez: 184.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-05-08		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: 2175.51 kcal; Białko ogółem: 62.37 g; Tłuszcz ogółem: 62.06 g; Węglowodany ogółem: 305.01 g; Kw. tł. nasycone: 12.42 g; Sól: 6.11 g; Sód: 1799.54 mg; Błonnik: 28.34 g; W tym cukry: 46.24 g; WW: 30.63 Por; Potas: 2387.50 mg; Wapń: 499.60 mg; Fosfor: 875.63 mg; Żelazo: 8.06 mg; Magnez: 248.42 mg;

czwartek 2025-05-08		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 ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1728.75 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 249.95 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.91 g; Sód: 362.32 mg; Błonnik: 17.62 g; W tym cukry: 53.78 g; WW: 25.28 Por; Potas: 3659.62 mg; Wapń: 153.68 mg; Fosfor: 1117.30 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 241.34 mg;

czwartek 2025-05-08		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 b/soli 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z 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: 2219.95 kcal; Białko ogółem: 73.74 g; Tłuszcz ogółem: 54.97 g; Węglowodany ogółem: 321.14 g; Kw. tł. nasycone: 12.49 g; Sól: 3.18 g; Sód: 1155.08 mg; Błonnik: 18.62 g; W tym cukry: 43.29 g; WW: 32.32 Por; Potas: 2403.54 mg; Wapń: 520.28 mg; Fosfor: 963.53 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 182.08 mg;

czwartek 2025-05-08		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. 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 (b/brokula i kalafiora) z 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: 2211.08 kcal; Białko ogółem: 73.62 g; Tłuszcz ogółem: 54.85 g; Węglowodany ogółem: 312.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 3.18 g; Sód: 1155.78 mg; Błonnik: 18.62 g; W tym cukry: 43.29 g; WW: 31.42 Por; Potas: 2403.54 mg; Wapń: 520.28 mg; Fosfor: 963.53 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 182.09 mg;

czwartek 2025-05-08		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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka 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 (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 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>),
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 ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2196.76 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz ogółem: 68.67 g; Węglowodany ogółem: 276.72 g; Kw. tł. nasycone: 18.58 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1530.82 mg; Błonnik: 32.06 g; W tym cukry: 53.53 g; WW: 27.81 Por; Potas: 3018.60 mg; Wapń: 571.80 mg; Fosfor: 1292.31 mg; Żelazo: 10.79 mg; Magnez: 299.63 mg;

czwartek 2025-05-08		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa 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 (b/brokula i kalafiora) z 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 , Dynia 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: 1986.32 kcal; Białko ogółem: 72.47 g; Tłuszcz ogółem: 74.91 g; Węglowodany ogółem: 271.29 g; Kw. tł. nasycone: 12.39 g; Sól: 3.81 g; Sód: 1189.21 mg; Błonnik: 19.89 g; W tym cukry: 30.83 g; WW: 27.29 Por; Potas: 2326.52 mg; Wapń: 203.38 mg; Fosfor: 851.54 mg; Żelazo: 7.75 mg; Magnez: 184.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-09 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>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>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2577.01 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz ogółem: 49.20 g; Węglowodany ogółem: 392.54 g; Kw. tł. nasycone: 23.94 g; Sól: 4.17 g; Sód: 1525.68 mg; Błonnik: 48.20 g; W tym cukry: 112.79 g; WW: 39.32 Por; Potas: 4279.94 mg; Wapń: 648.21 mg; Fosfor: 1331.49 mg; Żelazo: 13.23 mg; Magnez: 403.48 mg;

piątek 2025-05-09 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>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>), Salata 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: 2059.43 kcal; Białko ogółem: 89.62 g; Tłuszcz ogółem: 43.87 g; Węglowodany ogółem: 298.63 g; Kw. tł. nasycone: 21.30 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1549.53 mg; Błonnik: 45.41 g; W tym cukry: 58.97 g; WW: 29.83 Por; Potas: 3365.09 mg; Wapń: 624.87 mg; Fosfor: 1312.84 mg; Żelazo: 12.74 mg; Magnez: 356.67 mg;

piątek 2025-05-09 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>), 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 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 2025-05-09 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>), 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 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 2025-05-09 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>), 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 , 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 2025-05-09 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: 2075.17 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz ogółem: 59.49 g; Węglowodany ogółem: 262.99 g; Kw. tł. nasycone: 16.73 g; Sól: 1.64 g; Sód: 560.16 mg; Błonnik: 16.27 g; W tym cukry: 74.61 g; WW: 26.60 Por; Potas: 3993.60 mg; Wapń: 850.21 mg; Fosfor: 1431.03 mg; Żelazo: 6.09 mg; Magnez: 277.34 mg;

piątek 2025-05-09 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 2025-05-09 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>), 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 , 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: 2508.17 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz ogółem: 66.10 g; Węglowodany ogółem: 344.24 g; Kw. tł. nasycone: 34.77 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1521.02 mg; Błonnik: 25.42 g; W tym cukry: 89.30 g; WW: 34.68 Por; Potas: 3663.94 mg; Wapń: 652.91 mg; Fosfor: 1171.30 mg; Żelazo: 8.55 mg; Magnez: 279.17 mg;

piątek 2025-05-09 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 2025-05-09 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 2025-05-09 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 ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2004.28 kcal; Białko ogółem: 65.31 g; Tłuszcz ogółem: 48.80 g; Węglowodany ogółem: 347.05 g; Kw. tł. nasycone: 10.45 g; Sól: 3.03 g; Sód: 1084.42 mg; Błonnik: 27.91 g; W tym cukry: 73.93 g; WW: 34.99 Por; Potas: 3356.27 mg; Wapń: 217.30 mg; Fosfor: 631.48 mg; Żelazo: 8.81 mg; Magnez: 246.45 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-10 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>), Pomidor 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: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2408.37 kcal; Białko ogółem: 88.52 g; Tłuszcz ogółem: 61.05 g; Węglowodany ogółem: 319.94 g; Kw. tł. nasycone: 21.40 g; Sól: 7.01 g; Sód: 2099.33 mg; Błonnik: 31.74 g; W tym cukry: 86.75 g; WW: 32.20 Por; Potas: 3253.38 mg; Wapń: 937.60 mg; Fosfor: 1286.36 mg; Żelazo: 12.98 mg; Magnez: 322.99 mg;

sobota 2025-05-10 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>), Pomidor 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: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2017.00 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz ogółem: 54.72 g; Węglowodany ogółem: 263.92 g; Kw. tł. nasycone: 18.58 g; Sól: 6.98 g; Sód: 2121.40 mg; Błonnik: 36.85 g; W tym cukry: 42.27 g; WW: 26.59 Por; Potas: 3227.90 mg; Wapń: 944.65 mg; Fosfor: 1398.20 mg; Żelazo: 13.58 mg; Magnez: 412.21 mg;

sobota 2025-05-10 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 , Pomidor b/skóry 100g ,	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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2401.85 kcal; Białko ogółem: 75.98 g; Tłuszcz ogółem: 59.31 g; Węglowodany ogółem: 342.03 g; Kw. tł. nasycone: 21.63 g; Sól: 4.66 g; Sód: 1241.13 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 77.80 g; WW: 34.57 Por; Potas: 3268.32 mg; Wapń: 556.45 mg; Fosfor: 885.98 mg; Żelazo: 10.44 mg; Magnez: 265.58 mg;

sobota 2025-05-10 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>), 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2094.99 kcal; Białko ogółem: 76.35 g; Tłuszcz ogółem: 57.92 g; Węglowodany ogółem: 292.58 g; Kw. tł. nasycone: 19.35 g; Sól: 4.66 g; Sód: 1252.41 mg; Błonnik: 18.73 g; W tym cukry: 64.49 g; WW: 29.48 Por; Potas: 2999.08 mg; Wapń: 574.21 mg; Fosfor: 894.14 mg; Żelazo: 10.89 mg; Magnez: 219.38 mg;

sobota 2025-05-10 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 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 2025-05-10 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 2025-05-10 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: 2222.39 kcal; Białko ogółem: 77.63 g; Tłuszcz ogółem: 57.47 g; Węglowodany ogółem: 308.95 g; Kw. tł. nasycone: 21.99 g; Sól: 4.64 g; Sód: 1317.51 mg; Błonnik: 21.49 g; W tym cukry: 69.26 g; WW: 31.23 Por; Potas: 3060.30 mg; Wapń: 590.49 mg; Fosfor: 887.51 mg; Żelazo: 12.10 mg; Magnez: 225.85 mg;

sobota 2025-05-10 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2653.57 kcal; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz ogółem: 73.28 g; Węglowodany ogółem: 351.12 g; Kw. tł. nasycone: 28.69 g; Sól: 6.45 g; Sód: 1415.31 mg; Błonnik: 20.21 g; W tym cukry: 72.46 g; WW: 35.37 Por; Potas: 3236.18 mg; Wapń: 765.41 mg; Fosfor: 1173.00 mg; Żelazo: 11.27 mg; Magnez: 240.18 mg;

sobota 2025-05-10 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 , 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 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.33 kcal; Białko ogółem: 73.63 g; Tłuszcz ogółem: 58.42 g; Węglowodany ogółem: 283.27 g; Kw. tł. nasycone: 19.82 g; Sól: 4.65 g; Sód: 1242.12 mg; Błonnik: 15.66 g; W tym cukry: 60.77 g; WW: 28.52 Por; Potas: 2611.60 mg; Wapń: 514.75 mg; Fosfor: 844.82 mg; Żelazo: 9.67 mg; Magnez: 196.21 mg;

sobota 2025-05-10 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 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 2025-05-10 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Banan 1/2 szt 100g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1938.11 kcal; Białko ogółem: 68.80 g; Tłuszcz ogółem: 58.07 g; Węglowodany ogółem: 295.13 g; Kw. tł. nasycone: 10.90 g; Sól: 4.91 g; Sód: 993.51 mg; Błonnik: 19.91 g; W tym cukry: 70.89 g; WW: 29.81 Por; Potas: 3031.18 mg; Wapń: 263.21 mg; Fosfor: 650.94 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-05-10 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 żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet z kalafiora w panierce smażony 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: 2086.73 kcal; Białko ogółem: 64.55 g; Tłuszcz ogółem: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 289.28 g; Kw. tł. nasycone: 19.32 g; Sól: 5.15 g; Sód: 1905.85 mg; Błonnik: 29.76 g; W tym cukry: 70.83 g; WW: 29.18 Por; Potas: 2840.54 mg; Wapń: 902.72 mg; Fosfor: 1089.12 mg; Żelazo: 11.37 mg; Magnez: 278.27 mg;

sobota 2025-05-10 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
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.budyń) 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 2025-05-10 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 b/soli 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze b/soli 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.29 kcal; Białko ogółem: 74.61 g; Tłuszcz ogółem: 58.01 g; Węglowodany ogółem: 303.56 g; Kw. tł. nasycone: 21.38 g; Sól: 4.69 g; Sód: 1256.05 mg; Błonnik: 19.25 g; W tym cukry: 65.10 g; WW: 30.60 Por; Potas: 3016.75 mg; Wapń: 578.70 mg; Fosfor: 891.50 mg; Żelazo: 10.92 mg; Magnez: 220.63 mg;

sobota 2025-05-10 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.99 kcal; Białko ogółem: 75.25 g; Tłuszcz ogółem: 57.42 g; Węglowodany ogółem: 302.28 g; Kw. tł. nasycone: 20.95 g; Sól: 4.66 g; Sód: 1252.41 mg; Błonnik: 18.73 g; W tym cukry: 64.49 g; WW: 30.48 Por; Potas: 2999.08 mg; Wapń: 574.21 mg; Fosfor: 894.14 mg; Żelazo: 10.89 mg; Magnez: 219.38 mg;

sobota 2025-05-10 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>), 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 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: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2317.09 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz ogółem: 85.23 g; Węglowodany ogółem: 263.53 g; Kw. tł. nasycone: 38.82 g; Sól: 6.05 g; Sód: 1756.19 mg; Błonnik: 35.66 g; W tym cukry: 41.62 g; WW: 26.51 Por; Potas: 3571.46 mg; Wapń: 668.82 mg; Fosfor: 1323.17 mg; Żelazo: 14.35 mg; Magnez: 411.93 mg;

sobota 2025-05-10 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</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 b/mąki 100g (<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>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Banan 1/2 szt 100g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1837.46 kcal; Białko ogółem: 51.79 g; Tłuszcz ogółem: 64.13 g; Węglowodany ogółem: 268.33 g; Kw. tł. nasycone: 11.20 g; Sól: 2.88 g; Sód: 181.45 mg; Błonnik: 22.99 g; W tym cukry: 68.44 g; WW: 27.07 Por; Potas: 2758.70 mg; Wapń: 229.26 mg; Fosfor: 472.30 mg; Żelazo: 8.51 mg; Magnez: 178.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-11 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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor 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 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>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata maslowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2599.81 kcal; Białko ogółem: 76.49 g; Tłuszcz ogółem: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 356.53 g; Kw. tł. nasycone: 23.62 g; Sól: 5.04 g; Sód: 1587.70 mg; Błonnik: 39.95 g; W tym cukry: 100.97 g; WW: 35.65 Por; Potas: 3992.49 mg; Wapń: 596.65 mg; Fosfor: 1211.90 mg; Żelazo: 11.04 mg; Magnez: 308.00 mg;

niedziela 2025-05-11 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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połudwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor 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 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>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata maslowa 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: 2186.91 kcal; Białko ogółem: 76.82 g; Tłuszcz ogółem: 71.27 g; Węglowodany ogółem: 278.33 g; Kw. tł. nasycone: 21.47 g; Sól: 5.65 g; Sód: 1617.40 mg; Błonnik: 40.03 g; W tym cukry: 51.36 g; WW: 27.84 Por; Potas: 4004.24 mg; Wapń: 592.95 mg; Fosfor: 1247.65 mg; Żelazo: 11.66 mg; Magnez: 334.45 mg;

niedziela 2025-05-11 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 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 maslowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2483.68 kcal; Białko ogółem: 68.00 g; Tłuszcz ogółem: 71.93 g; Węglowodany ogółem: 350.00 g; Kw. tł. nasycone: 22.70 g; Sól: 3.72 g; Sód: 1370.95 mg; Błonnik: 23.56 g; W tym cukry: 74.66 g; WW: 35.23 Por; Potas: 3134.34 mg; Wapń: 539.31 mg; Fosfor: 954.84 mg; Żelazo: 7.35 mg; Magnez: 213.62 mg;

niedziela 2025-05-11 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztokowy 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 maslowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2355.39 kcal; Białko ogółem: 69.11 g; Tłuszcz ogółem: 70.65 g; Węglowodany ogółem: 335.56 g; Kw. tł. nasycone: 20.50 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1321.86 mg; Błonnik: 21.87 g; W tym cukry: 71.90 g; WW: 33.74 Por; Potas: 3213.49 mg; Wapń: 513.08 mg; Fosfor: 949.90 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 207.73 mg;

niedziela 2025-05-11 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 sztokowy 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 maslowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2169.89 kcal; Białko ogółem: 42.63 g; Tłuszcz ogółem: 72.33 g; Węglowodany ogółem: 290.09 g; Kw. tł. nasycone: 20.08 g; Sól: 1.42 g; Sód: 449.26 mg; Błonnik: 24.83 g; W tym cukry: 57.18 g; WW: 29.13 Por; Potas: 2598.14 mg; Wapń: 179.58 mg; Fosfor: 539.65 mg; Żelazo: 4.70 mg; Magnez: 137.18 mg;

niedziela 2025-05-11 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyńni) 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.budyńni) 100ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2073.54 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz ogółem: 60.66 g; Węglowodany ogółem: 280.63 g; Kw. tł. nasycone: 18.03 g; Sól: 1.44 g; Sód: 507.96 mg; Błonnik: 17.25 g; W tym cukry: 83.46 g; WW: 28.37 Por; Potas: 4006.00 mg; Wapń: 713.41 mg; Fosfor: 1344.23 mg; Żelazo: 6.61 mg; Magnez: 270.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-05-11Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem (papka) 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</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Udko gotowane na parze (papka) 100g , 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 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 2025-05-11Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 400ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>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 80g (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2742.47 kcal; Białko ogółem: 97.01 g; Tłuszcz ogółem: 94.87 g; Węglowodany ogółem: 333.73 g; Kw. tł.
nasycone: 34.72 g; Sól: 5.19 g; Sód: 1553.74 mg; Błonnik: 22.16 g; W tym cukry: 79.59 g; WW: 33.55 Por; Potas: 3462.13 mg; Wapń: 711.83
mg; Fosfor: 1268.28 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 229.79 mg;

niedziela 2025-05-11Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>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>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2170.49 kcal; Białko ogółem: 57.79 g; Tłuszcz ogółem: 66.11 g; Węglowodany ogółem: 293.33 g; Kw. tł.
nasycone: 17.99 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1202.46 mg; Błonnik: 20.31 g; W tym cukry: 57.90 g; WW: 29.49 Por; Potas: 2652.94 mg; Wapń: 204.18
mg; Fosfor: 675.05 mg; Żelazo: 6.60 mg; Magnez: 168.38 mg;

niedziela 2025-05-11Jadłospis 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>), Pasta z jajka 80g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z b/glu makaronem 300ml (<i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Marchewka duszona b/mąki 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>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 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 2025-05-11Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,
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 , Banan 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;

niedziela 2025-05-11Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), 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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>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</i> , <i>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>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2458.03 kcal; Białko ogółem: 62.44 g; Tłuszcz ogółem: 70.95 g; Węglowodany ogółem: 353.26 g; Kw. tł.
nasycone: 21.31 g; Sól: 5.02 g; Sód: 1356.14 mg; Błonnik: 37.61 g; W tym cukry: 91.46 g; WW: 35.36 Por; Potas: 3584.63 mg; Wapń: 572.17
mg; Fosfor: 953.56 mg; Żelazo: 9.46 mg; Magnez: 262.45 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-05-11			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 ,		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 biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 250ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2445.29 kcal; Białko ogółem: 108.82 g; Tłuszcz ogółem: 73.36 g; Węglowodany ogółem: 281.30 g; Kw. tł. nasycone: 24.21 g; Sól: 1.87 g; Sód: 586.68 mg; Błonnik: 18.72 g; W tym cukry: 91.88 g; WW: 28.46 Por; Potas: 4250.03 mg; Wapń: 924.11 mg; Fosfor: 1494.03 mg; Żelazo: 6.70 mg; Magnez: 290.96 mg;

niedziela 2025-05-11			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
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 , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze b/soli 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem b/soli 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/soli 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 , Banan 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 2025-05-11			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych		
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>), 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 owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2305.89 kcal; Białko ogółem: 67.91 g; Tłuszcz ogółem: 70.15 g; Węglowodany ogółem: 325.51 g; Kw. tł. nasycone: 22.10 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1321.86 mg; Błonnik: 21.87 g; W tym cukry: 71.90 g; WW: 32.74 Por; Potas: 3213.49 mg; Wapń: 513.08 mg; Fosfor: 949.90 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 207.73 mg;

niedziela 2025-05-11			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>), Salata 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>), Salata 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: 2197.95 kcal; Białko ogółem: 79.61 g; Tłuszcz ogółem: 73.63 g; Węglowodany ogółem: 270.16 g; Kw. tł. nasycone: 21.52 g; Sól: 5.88 g; Sód: 1574.06 mg; Błonnik: 34.61 g; W tym cukry: 47.56 g; WW: 27.15 Por; Potas: 3634.44 mg; Wapń: 554.28 mg; Fosfor: 1196.90 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 323.53 mg;

niedziela 2025-05-11			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/gliu 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>), Salata masłowa 20g ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 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 2025-05-12 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>), Dżem szt - 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: 2340.71 kcal; Białko ogółem: 90.67 g; Tłuszcz ogółem: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 363.42 g; Kw. tł. nasycone: 12.13 g; Sól: 6.42 g; Sód: 2042.34 mg; Błonnik: 39.62 g; W tym cukry: 83.57 g; WW: 36.45 Por; Potas: 3847.67 mg; Wapń: 672.97 mg; Fosfor: 1373.20 mg; Żelazo: 12.08 mg; Magnez: 358.16 mg;

poniedziałek 2025-05-12 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>), 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: 1975.04 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz ogółem: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 293.68 g; Kw. tł. nasycone: 11.61 g; Sól: 6.40 g; Sód: 2074.14 mg; Błonnik: 40.04 g; W tym cukry: 59.51 g; WW: 29.47 Por; Potas: 3898.27 mg; Wapń: 672.77 mg; Fosfor: 1456.20 mg; Żelazo: 12.98 mg; Magnez: 389.16 mg;

poniedziałek 2025-05-12 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>), Dżem szt - 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: 2129.71 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz ogółem: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 335.08 g; Kw. tł. nasycone: 11.53 g; Sól: 4.06 g; Sód: 1181.91 mg; Błonnik: 25.40 g; W tym cukry: 54.18 g; WW: 33.80 Por; Potas: 3286.74 mg; Wapń: 605.49 mg; Fosfor: 1139.80 mg; Żelazo: 9.50 mg; Magnez: 230.42 mg;

poniedziałek 2025-05-12 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>), 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: 2016.44 kcal; Białko ogółem: 91.50 g; Tłuszcz ogółem: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 316.54 g; Kw. tł. nasycone: 9.36 g; Sól: 4.05 g; Sód: 1181.91 mg; Błonnik: 25.40 g; W tym cukry: 54.18 g; WW: 31.90 Por; Potas: 3286.74 mg; Wapń: 605.49 mg; Fosfor: 1139.80 mg; Żelazo: 9.50 mg; Magnez: 230.42 mg;

poniedziałek 2025-05-12 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka 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: 1688.34 kcal; Białko ogółem: 61.91 g; Tłuszcz ogółem: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 245.68 g; Kw. tł. nasycone: 7.29 g; Sól: 1.75 g; Sód: 311.41 mg; Błonnik: 27.70 g; W tym cukry: 39.13 g; WW: 24.75 Por; Potas: 2710.24 mg; Wapń: 275.49 mg; Fosfor: 776.80 mg; Żelazo: 7.05 mg; Magnez: 164.42 mg;

poniedziałek 2025-05-12 Jadłospis 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 2025-05-12 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 zieleńiną 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: 2039.09 kcal; Białko ogółem: 85.36 g; Tłuszcz ogółem: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 326.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.81 g; Sól: 4.22 g; Sód: 1148.88 mg; Błonnik: 26.95 g; W tym cukry: 51.83 g; WW: 32.96 Por; Potas: 2979.21 mg; Wapń: 603.90 mg; Fosfor: 1058.97 mg; Żelazo: 9.51 mg; Magnez: 219.62 mg;

poniedziałek 2025-05-12 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>), 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: 2263.48 kcal; Białko ogółem: 106.83 g; Tłuszcz ogółem: 37.95 g; Węglowodany ogółem: 335.23 g; Kw. tł. nasycone: 12.21 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1237.01 mg; Błonnik: 25.90 g; W tym cukry: 59.82 g; WW: 33.78 Por; Potas: 3449.44 mg; Wapń: 743.09 mg; Fosfor: 1302.27 mg; Żelazo: 9.67 mg; Magnez: 244.02 mg;

poniedziałek 2025-05-12 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: 1698.52 kcal; Białko ogółem: 77.09 g; Tłuszcz ogółem: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 255.93 g; Kw. tł. nasycone: 6.39 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1041.26 mg; Błonnik: 19.70 g; W tym cukry: 36.74 g; WW: 25.78 Por; Potas: 2463.13 mg; Wapń: 246.22 mg; Fosfor: 856.95 mg; Żelazo: 8.12 mg; Magnez: 173.49 mg;

poniedziałek 2025-05-12 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: 1842.15 kcal; Białko ogółem: 68.49 g; Tłuszcz ogółem: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 263.11 g; Kw. tł. nasycone: 9.81 g; Sól: 2.03 g; Sód: 383.36 mg; Błonnik: 27.16 g; W tym cukry: 50.43 g; WW: 26.49 Por; Potas: 2890.21 mg; Wapń: 563.99 mg; Fosfor: 907.75 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 181.12 mg;

poniedziałek 2025-05-12 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: 1858.56 kcal; Białko ogółem: 77.26 g; Tłuszcz ogółem: 53.72 g; Węglowodany ogółem: 279.31 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1165.81 mg; Błonnik: 25.18 g; W tym cukry: 40.57 g; WW: 28.17 Por; Potas: 2953.69 mg; Wapń: 256.79 mg; Fosfor: 849.05 mg; Żelazo: 9.68 mg; Magnez: 203.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-12 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 , Salátka 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 , Salátka masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1917.31 kcal; Białko ogółem: 60.05 g; Tłuszcz ogółem: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 310.43 g; Kw. tł. nasycone: 10.91 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1761.12 mg; Błonnik: 36.39 g; W tym cukry: 55.96 g; WW: 31.15 Por; Potas: 2995.59 mg; Wapń: 611.40 mg; Fosfor: 1033.06 mg; Żelazo: 9.92 mg; Magnez: 284.37 mg;

poniedziałek 2025-05-12 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: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.35 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 334.10 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.08 g; Sód: 427.94 mg; Błonnik: 26.57 g; W tym cukry: 57.55 g; WW: 33.71 Por; Potas: 4697.70 mg; Wapń: 205.29 mg; Fosfor: 1397.32 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 304.38 mg;

poniedziałek 2025-05-12 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 , 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 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: 2087.41 kcal; Białko ogółem: 85.06 g; Tłuszcz ogółem: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 327.29 g; Kw. tł. nasycone: 11.06 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1153.97 mg; Błonnik: 25.50 g; W tym cukry: 54.27 g; WW: 32.99 Por; Potas: 3189.41 mg; Wapń: 603.84 mg; Fosfor: 1074.83 mg; Żelazo: 9.31 mg; Magnez: 222.85 mg;

poniedziałek 2025-05-12 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 , 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 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: 2046.44 kcal; Białko ogółem: 90.40 g; Tłuszcz ogółem: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 326.24 g; Kw. tł. nasycone: 10.96 g; Sól: 4.05 g; Sód: 1181.91 mg; Błonnik: 25.40 g; W tym cukry: 54.18 g; WW: 32.90 Por; Potas: 3286.74 mg; Wapń: 605.49 mg; Fosfor: 1139.80 mg; Żelazo: 9.50 mg; Magnez: 230.42 mg;

poniedziałek 2025-05-12 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 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 , Salátka 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>), Polędwica 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>), Salátka 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: 1901.44 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz ogółem: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 269.02 g; Kw. tł. nasycone: 9.76 g; Sól: 5.92 g; Sód: 1429.21 mg; Błonnik: 35.75 g; W tym cukry: 42.17 g; WW: 27.17 Por; Potas: 3581.84 mg; Wapń: 625.19 mg; Fosfor: 1391.85 mg; Żelazo: 12.55 mg; Magnez: 339.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-12		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 2025-05-13 Jadłospis 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 mieszanej 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: Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2356.16 kcal; Białko ogółem: 90.42 g; Tłuszcz ogółem: 55.17 g; Węglowodany ogółem: 299.39 g; Kw. tł. nasycone: 17.51 g; Sól: 6.83 g; Sód: 2211.56 mg; Błonnik: 36.69 g; W tym cukry: 72.89 g; WW: 30.02 Por; Potas: 3491.78 mg; Wapń: 917.00 mg; Fosfor: 1493.63 mg; Żelazo: 11.54 mg; Magnez: 317.58 mg;

wtorek 2025-05-13 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa kapuśniak z mieszanej 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: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.32 kcal; Białko ogółem: 90.47 g; Tłuszcz ogółem: 55.16 g; Węglowodany ogółem: 263.79 g; Kw. tł. nasycone: 17.34 g; Sól: 6.81 g; Sód: 2243.00 mg; Błonnik: 37.47 g; W tym cukry: 49.22 g; WW: 26.41 Por; Potas: 3528.46 mg; Wapń: 914.76 mg; Fosfor: 1565.47 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 346.42 mg;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis 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 (b/brokula i kalafiora) 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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2033.20 kcal; Białko ogółem: 78.81 g; Tłuszcz ogółem: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 271.60 g; Kw. tł. nasycone: 11.10 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1125.15 mg; Błonnik: 18.24 g; W tym cukry: 36.34 g; WW: 27.40 Por; Potas: 2799.58 mg; Wapń: 478.42 mg; Fosfor: 1039.28 mg; Żelazo: 7.81 mg; Magnez: 208.41 mg;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
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 (b/brokula i kalafiora) 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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1946.80 kcal; Białko ogółem: 80.51 g; Tłuszcz ogółem: 42.16 g; Węglowodany ogółem: 265.87 g; Kw. tł. nasycone: 9.00 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1133.55 mg; Błonnik: 19.26 g; W tym cukry: 39.40 g; WW: 26.79 Por; Potas: 3097.78 mg; Wapń: 482.02 mg; Fosfor: 1058.18 mg; Żelazo: 8.20 mg; Magnez: 215.31 mg;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis 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 (b/brokula i kalafiora) 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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1945.69 kcal; Białko ogółem: 55.55 g; Tłuszcz ogółem: 54.11 g; Węglowodany ogółem: 242.30 g; Kw. tł. nasycone: 9.30 g; Sól: 2.32 g; Sód: 313.14 mg; Błonnik: 23.21 g; W tym cukry: 24.56 g; WW: 24.37 Por; Potas: 2492.61 mg; Wapń: 144.18 mg; Fosfor: 690.92 mg; Żelazo: 5.60 mg; Magnez: 148.45 mg;

wtorek 2025-05-13 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: 2418.29 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz ogółem: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 308.45 g; Kw. tł. nasycone: 25.30 g; Sól: 1.67 g; Sód: 571.79 mg; Błonnik: 21.53 g; W tym cukry: 99.88 g; WW: 31.13 Por; Potas: 4289.45 mg; Wapń: 898.34 mg; Fosfor: 1612.31 mg; Żelazo: 8.06 mg; Magnez: 338.59 mg;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Pasta z wędliny z zieleniną 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (papka) 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2016.47 kcal; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz ogółem: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 320.11 g; Kw. tł. nasycone: 11.04 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1165.52 mg; Błonnik: 27.30 g; W tym cukry: 54.62 g; WW: 32.32 Por; Potas: 3340.36 mg; Wapń: 536.31 mg; Fosfor: 1140.73 mg; Żelazo: 9.52 mg; Magnez: 238.30 mg;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Biskopty 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.27 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz ogółem: 51.00 g; Węglowodany ogółem: 269.72 g; Kw. tł. nasycone: 14.33 g; Sól: 4.61 g; Sód: 1233.76 mg; Błonnik: 19.41 g; W tym cukry: 48.08 g; WW: 27.19 Por; Potas: 3388.14 mg; Wapń: 718.18 mg; Fosfor: 1443.92 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 239.64 mg;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Biskopty 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1840.54 kcal; Białko ogółem: 70.49 g; Tłuszcz ogółem: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 242.04 g; Kw. tł. nasycone: 6.52 g; Sól: 4.07 g; Sód: 1015.89 mg; Błonnik: 18.24 g; W tym cukry: 25.45 g; WW: 24.37 Por; Potas: 2562.16 mg; Wapń: 174.58 mg; Fosfor: 819.42 mg; Żelazo: 7.54 mg; Magnez: 178.35 mg;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (MLE), Szynka z indykiem 40g (SOJ), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.33 kcal; Białko ogółem: 68.61 g; Tłuszcz ogółem: 47.77 g; Węglowodany ogółem: 311.50 g; Kw. tł. nasycone: 10.72 g; Sól: 3.87 g; Sód: 358.44 mg; Błonnik: 24.36 g; W tym cukry: 74.04 g; WW: 31.41 Por; Potas: 3234.80 mg; Wapń: 473.46 mg; Fosfor: 895.82 mg; Żelazo: 5.78 mg; Magnez: 215.32 mg;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt, Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 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), Sok przecierowy 100% 1szt ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1909.81 kcal; Białko ogółem: 65.87 g; Tłuszcz ogółem: 55.07 g; Węglowodany ogółem: 298.46 g; Kw. tł. nasycone: 9.61 g; Sól: 4.78 g; Sód: 997.83 mg; Błonnik: 24.45 g; W tym cukry: 75.65 g; WW: 30.14 Por; Potas: 3332.08 mg; Wapń: 147.00 mg; Fosfor: 774.49 mg; Żelazo: 8.37 mg; Magnez: 239.78 mg;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z mieszanej kapusty z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto warzywne z groszkiem zielonym 300g (GLU, SEL), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Biskopty 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1928.64 kcal; Białko ogółem: 66.20 g; Tłuszcz ogółem: 44.09 g; Węglowodany ogółem: 258.03 g; Kw. tł. nasycone: 14.97 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1650.77 mg; Błonnik: 36.38 g; W tym cukry: 49.61 g; WW: 25.85 Por; Potas: 3122.64 mg; Wapń: 920.73 mg; Fosfor: 1205.65 mg; Żelazo: 11.00 mg; Magnez: 277.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-05-13			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 ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.15 kcal; Białko ogółem: 91.50 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 277.09 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.93 g; Sód: 362.32 mg; Błonnik: 18.62 g; W tym cukry: 79.78 g; WW: 27.98 Por; Potas: 3659.62 mg; Wapń: 153.68 mg; Fosfor: 1117.30 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 241.34 mg;

wtorek 2025-05-13			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), 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 twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.30 kcal; Białko ogółem: 77.47 g; Tłuszcz ogółem: 42.65 g; Węglowodany ogółem: 251.96 g; Kw. tł. nasycone: 11.17 g; Sól: 4.53 g; Sód: 1199.21 mg; Błonnik: 18.89 g; W tym cukry: 40.57 g; WW: 25.35 Por; Potas: 2463.98 mg; Wapń: 484.62 mg; Fosfor: 994.28 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 189.31 mg;

wtorek 2025-05-13			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
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>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) 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 zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1967.92 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz ogółem: 41.54 g; Węglowodany ogółem: 266.82 g; Kw. tł. nasycone: 10.57 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1133.55 mg; Błonnik: 19.26 g; W tym cukry: 39.40 g; WW: 26.89 Por; Potas: 3097.78 mg; Wapń: 482.02 mg; Fosfor: 1058.18 mg; Żelazo: 8.20 mg; Magnez: 215.31 mg;

wtorek 2025-05-13			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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata 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 zieleciną 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, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko gotowane 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.68 kcal; Białko ogółem: 84.80 g; Tłuszcz ogółem: 46.83 g; Węglowodany ogółem: 257.06 g; Kw. tł. nasycone: 11.70 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1378.53 mg; Błonnik: 32.86 g; W tym cukry: 39.27 g; WW: 25.87 Por; Potas: 3265.94 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 1311.40 mg; Żelazo: 11.03 mg; Magnez: 318.75 mg;

wtorek 2025-05-13			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, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa 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>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyinka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	
II Śniadanie: Jablko gotowane 1szt ,		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1906.86 kcal; Białko ogółem: 45.56 g; Tłuszcz ogółem: 67.86 g; Węglowodany ogółem: 283.87 g; Kw. tł. nasycone: 10.08 g; Sól: 2.97 g; Sód: 269.89 mg; Błonnik: 26.92 g; W tym cukry: 73.99 g; WW: 28.63 Por; Potas: 2951.88 mg; Wapń: 109.88 mg; Fosfor: 525.22 mg; Żelazo: 5.48 mg; Magnez: 180.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-05-14 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 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2584.78 kcal; Białko ogółem: 83.37 g; Tłuszcz ogółem: 69.29 g; Węglowodany ogółem: 356.32 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 6.49 g; Sód: 2192.66 mg; Błonnik: 41.61 g; W tym cukry: 94.85 g; WW: 35.67 Por; Potas: 4465.86 mg; Wapń: 697.96 mg; Fosfor: 1496.09 mg; Żelazo: 14.80 mg; Magnez: 397.50 mg;

środa 2025-05-14 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 10g , 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: 2172.23 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz ogółem: 65.59 g; Węglowodany ogółem: 285.86 g; Kw. tł. nasycone: 16.17 g; Sól: 6.47 g; Sód: 2218.11 mg; Błonnik: 39.53 g; W tym cukry: 53.69 g; WW: 28.72 Por; Potas: 4069.96 mg; Wapń: 620.56 mg; Fosfor: 1421.79 mg; Żelazo: 13.72 mg; Magnez: 393.29 mg;

środa 2025-05-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Sałata masłowa 10g ,	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 , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2197.88 kcal; Białko ogółem: 75.42 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 327.03 g; Kw. tł. nasycone: 11.75 g; Sól: 3.39 g; Sód: 1297.50 mg; Błonnik: 27.21 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 33.01 Por; Potas: 3708.84 mg; Wapń: 600.26 mg; Fosfor: 1190.27 mg; Żelazo: 10.77 mg; Magnez: 277.29 mg;

środa 2025-05-14 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka 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 , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2061.98 kcal; Białko ogółem: 76.76 g; Tłuszcz ogółem: 44.20 g; Węglowodany ogółem: 319.29 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 3.39 g; Sód: 1299.50 mg; Błonnik: 26.21 g; W tym cukry: 74.27 g; WW: 32.21 Por; Potas: 3824.84 mg; Wapń: 610.26 mg; Fosfor: 1204.27 mg; Żelazo: 11.17 mg; Magnez: 283.29 mg;

środa 2025-05-14 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, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1771.28 kcal; Białko ogółem: 45.66 g; Tłuszcz ogółem: 41.10 g; Węglowodany ogółem: 262.17 g; Kw. tł. nasycone: 7.24 g; Sól: 1.12 g; Sód: 427.25 mg; Błonnik: 27.60 g; W tym cukry: 59.31 g; WW: 26.44 Por; Potas: 3115.69 mg; Wapń: 261.36 mg; Fosfor: 689.72 mg; Żelazo: 7.35 mg; Magnez: 172.14 mg;

środa 2025-05-14 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: 2115.77 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz ogółem: 59.69 g; Węglowodany ogółem: 306.35 g; Kw. tł. nasycone: 17.31 g; Sól: 1.51 g; Sód: 563.91 mg; Błonnik: 19.47 g; W tym cukry: 104.16 g; WW: 30.93 Por; Potas: 4268.15 mg; Wapń: 861.26 mg; Fosfor: 1435.93 mg; Żelazo: 6.82 mg; Magnez: 285.59 mg;

środa 2025-05-14Jadłospis 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, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.95 kcal; Białko ogółem: 78.02 g; Tłuszcz ogółem: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 320.80 g; Kw. tł. nasycone: 11.13 g; Sól: 3.20 g; Sód: 1218.77 mg; Błonnik: 26.74 g; W tym cukry: 64.64 g; WW: 32.45 Por; Potas: 3436.16 mg; Wapń: 606.65 mg; Fosfor: 1186.98 mg; Żelazo: 10.34 mg; Magnez: 277.91 mg;

środa 2025-05-14Jadłospis 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>), 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>), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salatką 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, SEL</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2343.97 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz ogółem: 51.08 g; Węglowodany ogółem: 334.50 g; Kw. tł. nasycone: 13.33 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1363.98 mg; Błonnik: 27.02 g; W tym cukry: 80.66 g; WW: 33.75 Por; Potas: 4054.35 mg; Wapń: 772.96 mg; Fosfor: 1462.66 mg; Żelazo: 11.82 mg; Magnez: 313.74 mg;

środa 2025-05-14Jadłospis 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>), Salata 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, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salatką 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, SEL</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1843.56 kcal; Białko ogółem: 63.18 g; Tłuszcz ogółem: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 274.00 g; Kw. tł. nasycone: 6.74 g; Sól: 2.91 g; Sód: 1106.62 mg; Błonnik: 20.10 g; W tym cukry: 56.64 g; WW: 27.63 Por; Potas: 3099.93 mg; Wapń: 257.64 mg; Fosfor: 809.04 mg; Żelazo: 9.13 mg; Magnez: 193.49 mg;

środa 2025-05-14Jadłospis 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>), Salata 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, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salatką 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, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1944.79 kcal; Białko ogółem: 62.32 g; Tłuszcz ogółem: 47.27 g; Węglowodany ogółem: 274.68 g; Kw. tł. nasycone: 10.59 g; Sól: 1.41 g; Sód: 502.72 mg; Błonnik: 27.54 g; W tym cukry: 72.80 g; WW: 27.70 Por; Potas: 3506.92 mg; Wapń: 579.58 mg; Fosfor: 929.02 mg; Żelazo: 7.39 mg; Magnez: 200.40 mg;

środa 2025-05-14Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , 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 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salatką 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, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.78 kcal; Białko ogółem: 67.72 g; Tłuszcz ogółem: 62.37 g; Węglowodany ogółem: 294.90 g; Kw. tł. nasycone: 11.84 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1290.55 mg; Błonnik: 24.55 g; W tym cukry: 61.39 g; WW: 29.79 Por; Potas: 3365.19 mg; Wapń: 275.46 mg; Fosfor: 845.87 mg; Żelazo: 9.97 mg; Magnez: 212.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-05-14			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, 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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2069.19 kcal; Białko ogółem: 57.72 g; Tłuszcz ogółem: 46.80 g; Węglowodany ogółem: 311.54 g; Kw. tł. nasycone: 11.32 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1303.64 mg; Błonnik: 43.55 g; W tym cukry: 70.66 g; WW: 31.27 Por; Potas: 3678.90 mg; Wapń: 665.19 mg; Fosfor: 1182.79 mg; Żelazo: 11.59 mg; Magnez: 327.63 mg;

środa 2025-05-14			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: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2232.30 kcal; Białko ogółem: 111.55 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 339.27 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.07 g; Sód: 422.54 mg; Błonnik: 27.26 g; W tym cukry: 62.57 g; WW: 34.22 Por; Potas: 4687.10 mg; Wapń: 190.04 mg; Fosfor: 1388.22 mg; Żelazo: 8.52 mg; Magnez: 299.08 mg;

środa 2025-05-14			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>), Sałata 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, 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, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2138.48 kcal; Białko ogółem: 74.56 g; Tłuszcz ogółem: 44.03 g; Węglowodany ogółem: 324.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.54 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1264.34 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 73.28 g; WW: 32.72 Por; Potas: 3786.54 mg; Wapń: 584.90 mg; Fosfor: 1178.82 mg; Żelazo: 11.04 mg; Magnez: 278.78 mg;

środa 2025-05-14			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. 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>), 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>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera, 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, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2091.98 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 43.70 g; Węglowodany ogółem: 328.99 g; Kw. tł. nasycone: 11.24 g; Sól: 3.39 g; Sód: 1299.50 mg; Błonnik: 26.21 g; W tym cukry: 74.27 g; WW: 33.21 Por; Potas: 3824.84 mg; Wapń: 610.26 mg; Fosfor: 1204.27 mg; Żelazo: 11.17 mg; Magnez: 283.29 mg;

środa 2025-05-14			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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata 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>), Sałatka 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, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata 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: 1973.41 kcal; Białko ogółem: 79.64 g; Tłuszcz ogółem: 44.49 g; Węglowodany ogółem: 283.18 g; Kw. tł. nasycone: 10.34 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1551.45 mg; Błonnik: 40.19 g; W tym cukry: 54.49 g; WW: 28.57 Por; Potas: 4088.14 mg; Wapń: 633.76 mg; Fosfor: 1373.22 mg; Żelazo: 13.04 mg; Magnez: 386.43 mg;

środa 2025-05-14			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica wieprzowa 40g , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,			Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glutenu 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera, 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>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatkowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1800.44 kcal; Białko ogółem: 48.12 g; Tłuszcz ogółem: 65.84 g; Węglowodany ogółem: 260.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.51 g; Sól: 1.59 g; Sód: 350.50 mg; Błonnik: 28.06 g; W tym cukry: 57.51 g; WW: 26.29 Por; Potas: 3027.23 mg; Wapń: 198.57 mg; Fosfor: 558.25 mg; Żelazo: 6.99 mg; Magnez: 161.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-15 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: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2346.17 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.54 g; Węglowodany ogółem: 333.88 g; Kw. tł. nasycone: 17.28 g; Sól: 6.71 g; Sód: 2089.44 mg; Błonnik: 38.83 g; W tym cukry: 91.58 g; WW: 33.54 Por; Potas: 3718.99 mg; Wapń: 896.82 mg; Fosfor: 1565.09 mg; Żelazo: 11.29 mg; Magnez: 314.92 mg;

czwartek 2025-05-15 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: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.82 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz ogółem: 47.48 g; Węglowodany ogółem: 274.80 g; Kw. tł. nasycone: 15.29 g; Sól: 6.94 g; Sód: 2211.44 mg; Błonnik: 41.94 g; W tym cukry: 55.62 g; WW: 27.69 Por; Potas: 3683.89 mg; Wapń: 894.42 mg; Fosfor: 1677.79 mg; Żelazo: 12.05 mg; Magnez: 400.47 mg;

czwartek 2025-05-15 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 180g (<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: 2140.32 kcal; Białko ogółem: 78.87 g; Tłuszcz ogółem: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 336.68 g; Kw. tł. nasycone: 19.53 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1332.64 mg; Błonnik: 26.67 g; W tym cukry: 63.50 g; WW: 33.88 Por; Potas: 3689.64 mg; Wapń: 553.82 mg; Fosfor: 1145.29 mg; Żelazo: 9.44 mg; Magnez: 257.41 mg;

czwartek 2025-05-15 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 180g (<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: 2027.04 kcal; Białko ogółem: 79.79 g; Tłuszcz ogółem: 39.59 g; Węglowodany ogółem: 318.15 g; Kw. tł. nasycone: 17.35 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1332.64 mg; Błonnik: 26.67 g; W tym cukry: 63.50 g; WW: 31.98 Por; Potas: 3689.64 mg; Wapń: 553.82 mg; Fosfor: 1145.29 mg; Żelazo: 9.44 mg; Magnez: 257.41 mg;

czwartek 2025-05-15 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 180g (<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: 2131.44 kcal; Białko ogółem: 78.75 g; Tłuszcz ogółem: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 327.93 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1332.64 mg; Błonnik: 26.67 g; W tym cukry: 63.50 g; WW: 32.98 Por; Potas: 3689.64 mg; Wapń: 553.82 mg; Fosfor: 1145.29 mg; Żelazo: 9.44 mg; Magnez: 257.41 mg;

czwartek 2025-05-15 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 2025-05-15 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 zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa ziemniaczana (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<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: 2119.52 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz ogółem: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 321.66 g; Kw. tł. nasycone: 19.78 g; Sól: 4.54 g; Sód: 1289.31 mg; Błonnik: 26.48 g; W tym cukry: 56.83 g; WW: 32.40 Por; Potas: 3408.15 mg; Wapń: 559.70 mg; Fosfor: 1139.70 mg; Żelazo: 9.45 mg; Magnez: 254.96 mg;

czwartek 2025-05-15 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 180g (<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 wiejski 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: 2166.34 kcal; Białko ogółem: 106.27 g; Tłuszcz ogółem: 33.52 g; Węglowodany ogółem: 323.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.54 g; Sól: 5.79 g; Sód: 1513.44 mg; Błonnik: 26.67 g; W tym cukry: 68.01 g; WW: 32.52 Por; Potas: 3817.64 mg; Wapń: 671.02 mg; Fosfor: 1389.69 mg; Żelazo: 9.60 mg; Magnez: 267.81 mg;

czwartek 2025-05-15 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 180g (<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 zieleniną i olejem b/cebuli 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1820.71 kcal; Białko ogółem: 65.14 g; Tłuszcz ogółem: 38.92 g; Węglowodany ogółem: 261.65 g; Kw. tł. nasycone: 14.89 g; Sól: 4.25 g; Sód: 1140.36 mg; Błonnik: 17.57 g; W tym cukry: 41.83 g; WW: 26.23 Por; Potas: 2735.77 mg; Wapń: 184.90 mg; Fosfor: 793.85 mg; Żelazo: 7.29 mg; Magnez: 183.11 mg;

czwartek 2025-05-15 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 180g (<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: 2075.93 kcal; Białko ogółem: 68.41 g; Tłuszcz ogółem: 54.30 g; Węglowodany ogółem: 286.33 g; Kw. tł. nasycone: 23.27 g; Sól: 3.66 g; Sód: 652.44 mg; Błonnik: 28.77 g; W tym cukry: 61.47 g; WW: 28.74 Por; Potas: 3386.44 mg; Wapń: 527.82 mg; Fosfor: 949.79 mg; Żelazo: 6.72 mg; Magnez: 207.26 mg;

czwartek 2025-05-15 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 180g (<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: 1842.91 kcal; Białko ogółem: 79.56 g; Tłuszcz ogółem: 45.47 g; Węglowodany ogółem: 291.83 g; Kw. tł. nasycone: 9.87 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1196.47 mg; Błonnik: 25.66 g; W tym cukry: 50.43 g; WW: 29.39 Por; Potas: 3412.63 mg; Wapń: 212.08 mg; Fosfor: 920.07 mg; Żelazo: 9.10 mg; Magnez: 227.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-05-15			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: 2060.99 kcal; Białko ogółem: 60.04 g; Tłuszcz ogółem: 52.10 g; Węglowodany ogółem: 294.27 g; Kw. tł. nasycone: 23.98 g; Sól: 5.95 g; Sód: 2295.91 mg; Błonnik: 37.40 g; W tym cukry: 61.50 g; WW: 29.49 Por; Potas: 3039.06 mg; Wapń: 876.81 mg; Fosfor: 1236.21 mg; Żelazo: 9.45 mg; Magnez: 295.63 mg;

czwartek 2025-05-15			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: 1728.75 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 249.95 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.91 g; Sód: 362.32 mg; Błonnik: 17.62 g; W tym cukry: 53.78 g; WW: 25.28 Por; Potas: 3659.62 mg; Wapń: 153.68 mg; Fosfor: 1117.30 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 241.34 mg;

czwartek 2025-05-15			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>), 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 i b/soli 180g (<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: 2131.44 kcal; Białko ogółem: 78.75 g; Tłuszcz ogółem: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 327.93 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1332.25 mg; Błonnik: 26.67 g; W tym cukry: 63.50 g; WW: 32.98 Por; Potas: 3689.64 mg; Wapń: 553.82 mg; Fosfor: 1145.29 mg; Żelazo: 9.44 mg; Magnez: 257.41 mg;

czwartek 2025-05-15			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>), 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 180g (<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: 2057.04 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz ogółem: 39.09 g; Węglowodany ogółem: 327.85 g; Kw. tł. nasycone: 18.95 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1332.64 mg; Błonnik: 26.67 g; W tym cukry: 63.50 g; WW: 32.98 Por; Potas: 3689.64 mg; Wapń: 553.82 mg; Fosfor: 1145.29 mg; Żelazo: 9.44 mg; Magnez: 257.41 mg;

czwartek 2025-05-15			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 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<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: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.36 kcal; Białko ogółem: 87.94 g; Tłuszcz ogółem: 42.96 g; Węglowodany ogółem: 293.21 g; Kw. tł. nasycone: 19.10 g; Sól: 5.47 g; Sód: 1619.97 mg; Błonnik: 42.05 g; W tym cukry: 62.74 g; WW: 29.60 Por; Potas: 3925.58 mg; Wapń: 610.58 mg; Fosfor: 1482.08 mg; Żelazo: 12.34 mg; Magnez: 405.12 mg;

czwartek 2025-05-15			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica 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 180g (<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>), 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 (<i>SEZ</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: 1794.61 kcal; Białko ogółem: 62.77 g; Tłuszcz ogółem: 53.06 g; Węglowodany ogółem: 274.12 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 2.89 g; Sód: 324.77 mg; Błonnik: 30.03 g; W tym cukry: 47.67 g; WW: 27.55 Por; Potas: 3155.03 mg; Wapń: 177.58 mg; Fosfor: 749.87 mg; Żelazo: 6.57 mg; Magnez: 186.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-16 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>), Rzodkiewka biała 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: 2211.59 kcal; Białko ogółem: 80.80 g; Tłuszcz ogółem: 49.39 g; Węglowodany ogółem: 308.42 g; Kw. tł. nasycone: 20.96 g; Sól: 4.54 g; Sód: 1681.21 mg; Błonnik: 39.23 g; W tym cukry: 81.61 g; WW: 30.81 Por; Potas: 3784.17 mg; Wapń: 739.02 mg; Fosfor: 1110.10 mg; Żelazo: 12.94 mg; Magnez: 328.53 mg;

piątek 2025-05-16 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>), Rzodkiewka biała 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: 1924.91 kcal; Białko ogółem: 81.38 g; Tłuszcz ogółem: 45.64 g; Węglowodany ogółem: 258.81 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.53 g; Sód: 1704.68 mg; Błonnik: 41.31 g; W tym cukry: 47.74 g; WW: 25.86 Por; Potas: 3885.13 mg; Wapń: 749.00 mg; Fosfor: 1222.77 mg; Żelazo: 14.00 mg; Magnez: 389.40 mg;

piątek 2025-05-16 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: 2074.68 kcal; Białko ogółem: 75.72 g; Tłuszcz ogółem: 39.60 g; Węglowodany ogółem: 314.03 g; Kw. tł. nasycone: 19.12 g; Sól: 3.39 g; Sód: 1294.99 mg; Błonnik: 21.76 g; W tym cukry: 67.26 g; WW: 31.73 Por; Potas: 2885.85 mg; Wapń: 636.89 mg; Fosfor: 826.37 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 231.09 mg;

piątek 2025-05-16 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: 1908.78 kcal; Białko ogółem: 75.97 g; Tłuszcz ogółem: 39.83 g; Węglowodany ogółem: 279.95 g; Kw. tł. nasycone: 17.29 g; Sól: 3.28 g; Sód: 1252.59 mg; Błonnik: 21.00 g; W tym cukry: 63.72 g; WW: 28.21 Por; Potas: 2876.25 mg; Wapń: 606.69 mg; Fosfor: 834.57 mg; Żelazo: 9.11 mg; Magnez: 223.69 mg;

piątek 2025-05-16 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: 1798.71 kcal; Białko ogółem: 47.47 g; Tłuszcz ogółem: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 266.06 g; Kw. tł. nasycone: 17.60 g; Sól: 1.34 g; Sód: 475.89 mg; Błonnik: 24.64 g; W tym cukry: 59.80 g; WW: 26.78 Por; Potas: 2590.16 mg; Wapń: 533.87 mg; Fosfor: 599.13 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 182.83 mg;

piątek 2025-05-16 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: 2216.07 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz ogółem: 69.17 g; Węglowodany ogółem: 276.95 g; Kw. tł. nasycone: 22.05 g; Sól: 1.58 g; Sód: 539.41 mg; Błonnik: 18.70 g; W tym cukry: 82.27 g; WW: 28.01 Por; Potas: 4221.50 mg; Wapń: 810.71 mg; Fosfor: 1505.13 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-05-16 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) papka 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki puree 200g , Szpinak duszony 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 twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1986.45 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz ogółem: 38.87 g; Węglowodany ogółem: 291.43 g; Kw. tł. nasycone: 19.12 g; Sól: 3.23 g; Sód: 1231.72 mg; Błonnik: 24.62 g; W tym cukry: 59.58 g; WW: 29.49 Por; Potas: 2831.50 mg; Wapń: 644.88 mg; Fosfor: 864.79 mg; Żelazo: 9.87 mg; Magnez: 236.47 mg;

piątek 2025-05-16 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 plasterem 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 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: 2210.01 kcal; Białko ogółem: 93.64 g; Tłuszcz ogółem: 60.19 g; Węglowodany ogółem: 283.51 g; Kw. tł. nasycone: 29.91 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1438.39 mg; Błonnik: 21.05 g; W tym cukry: 66.59 g; WW: 28.54 Por; Potas: 2980.47 mg; Wapń: 688.97 mg; Fosfor: 1012.52 mg; Żelazo: 9.37 mg; Magnez: 233.30 mg;

piątek 2025-05-16 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 plasterem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 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 zieleniną 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: 1745.09 kcal; Białko ogółem: 66.01 g; Tłuszcz ogółem: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 252.32 g; Kw. tł. nasycone: 14.45 g; Sól: 2.87 g; Sód: 1087.90 mg; Błonnik: 16.60 g; W tym cukry: 43.37 g; WW: 25.40 Por; Potas: 2126.00 mg; Wapń: 277.96 mg; Fosfor: 582.03 mg; Żelazo: 8.17 mg; Magnez: 178.10 mg;

piątek 2025-05-16 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 plasterem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), 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>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 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: 1798.82 kcal; Białko ogółem: 57.13 g; Tłuszcz ogółem: 46.96 g; Węglowodany ogółem: 242.40 g; Kw. tł. nasycone: 20.34 g; Sól: 1.35 g; Sód: 480.93 mg; Błonnik: 24.04 g; W tym cukry: 50.11 g; WW: 24.36 Por; Potas: 2337.55 mg; Wapń: 310.31 mg; Fosfor: 529.66 mg; Żelazo: 6.70 mg; Magnez: 161.25 mg;

piątek 2025-05-16 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 plasterem 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>), 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: 1763.75 kcal; Białko ogółem: 61.58 g; Tłuszcz ogółem: 48.29 g; Węglowodany ogółem: 290.60 g; Kw. tł. nasycone: 8.93 g; Sól: 2.74 g; Sód: 979.15 mg; Błonnik: 26.33 g; W tym cukry: 64.31 g; WW: 29.26 Por; Potas: 2800.98 mg; Wapń: 247.45 mg; Fosfor: 530.21 mg; Żelazo: 9.97 mg; Magnez: 203.27 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

piątek 2025-05-16		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn	
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą młną) 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą młną) 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: 2290.39 kcal; Białko ogółem: 111.04 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 354.24 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.06 g; Sód: 420.49 mg; Błonnik: 24.32 g; W tym cukry: 65.82 g; WW: 35.74 Por; Potas: 4488.90 mg; Wapń: 190.99 mg; Fosfor: 1384.92 mg; Żelazo: 8.16 mg; Magnez: 296.08 mg;

piątek 2025-05-16			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałata masłowa 20g ,		Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE , SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g, Szpinak duszony 100g (GLU), 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), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1938.78 kcal; Białko ogółem: 74.87 g; Tłuszcz ogółem: 39.33 g; Węglowodany ogółem: 289.65 g; Kw. tł. nasycone: 18.89 g; Sól: 3.28 g; Sód: 1252.59 mg; Błonnik: 21.00 g; W tym cukry: 63.72 g; WW: 29.21 Por; Potas: 2876.25 mg; Wapń: 606.69 mg; Fosfor: 834.57 mg; Żelazo: 9.11 mg; Magnez: 223.69 mg;

piątek 2025-05-16			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 2szt (JAJ), Sałata masłowa 20g ,		Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), 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 (SEZ), 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: 1809.91 kcal; Białko ogółem: 45.82 g; Tłuszcz ogółem: 68.71 g; Węglowodany ogółem: 267.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.29 g; Sól: 0.84 g; Sód: 220.93 mg; Błonnik: 29.88 g; W tym cukry: 61.86 g; WW: 26.86 Por; Potas: 2562.02 mg; Wapń: 215.36 mg; Fosfor: 372.09 mg; Żelazo: 7.63 mg; Magnez: 165.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-17 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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, 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, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 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>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, 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>), Salata maslowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jablko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2438.68 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz ogółem: 57.98 g; Węglowodany ogółem: 294.91 g; Kw. tł. nasycone: 21.11 g; Sól: 7.05 g; Sód: 2131.66 mg; Błonnik: 38.36 g; W tym cukry: 74.05 g; WW: 29.64 Por; Potas: 3875.56 mg; Wapń: 1001.95 mg; Fosfor: 1528.20 mg; Żelazo: 12.17 mg; Magnez: 333.57 mg;

sobota 2025-05-17 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>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa jarzynowa z brązowym 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 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, 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>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Marchew w słupkach 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1956.01 kcal; Białko ogółem: 95.92 g; Tłuszcz ogółem: 49.45 g; Węglowodany ogółem: 252.28 g; Kw. tł. nasycone: 17.46 g; Sól: 6.91 g; Sód: 2159.31 mg; Błonnik: 41.26 g; W tym cukry: 39.38 g; WW: 25.42 Por; Potas: 3930.04 mg; Wapń: 954.40 mg; Fosfor: 1603.92 mg; Żelazo: 13.02 mg; Magnez: 401.60 mg;

sobota 2025-05-17 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>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, 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, S02</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 , Buraczki gotowane 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jablko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2004.73 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz ogółem: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 290.06 g; Kw. tł. nasycone: 10.97 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1160.23 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 64.71 g; WW: 29.24 Por; Potas: 3802.61 mg; Wapń: 592.35 mg; Fosfor: 1093.03 mg; Żelazo: 9.32 mg; Magnez: 244.69 mg;

sobota 2025-05-17 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, 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, S02</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 , Jablko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1900.33 kcal; Białko ogółem: 87.05 g; Tłuszcz ogółem: 38.46 g; Węglowodany ogółem: 280.27 g; Kw. tł. nasycone: 8.82 g; Sól: 4.00 g; Sód: 1160.23 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 64.71 g; WW: 28.24 Por; Potas: 3802.61 mg; Wapń: 592.35 mg; Fosfor: 1093.03 mg; Żelazo: 9.32 mg; Magnez: 244.69 mg;

sobota 2025-05-17 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, 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, S02</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 , Jablko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1664.19 kcal; Białko ogółem: 48.95 g; Tłuszcz ogółem: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 242.67 g; Kw. tł. nasycone: 6.39 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 2025-05-17 Jadłospis 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 2025-05-17 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: 1979.99 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz ogółem: 33.34 g; Węglowodany ogółem: 289.53 g; Kw. tł. nasycone: 10.35 g; Sól: 3.21 g; Sód: 1177.83 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 61.81 g; WW: 29.27 Por; Potas: 3668.79 mg; Wapń: 572.53 mg; Fosfor: 1149.36 mg; Żelazo: 9.32 mg; Magnez: 249.35 mg;

sobota 2025-05-17 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), Połędwica 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: 2112.33 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 291.85 g; Kw. tł. nasycone: 12.90 g; Sól: 4.18 g; Sód: 1177.99 mg; Błonnik: 24.67 g; W tym cukry: 66.00 g; WW: 29.42 Por; Potas: 3850.59 mg; Wapń: 630.73 mg; Fosfor: 1184.16 mg; Żelazo: 9.42 mg; Magnez: 248.56 mg;

sobota 2025-05-17 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: 1846.07 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz ogółem: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 268.41 g; Kw. tł. nasycone: 8.59 g; Sól: 3.01 g; Sód: 1100.48 mg; Błonnik: 20.74 g; W tym cukry: 58.37 g; WW: 27.02 Por; Potas: 3389.26 mg; Wapń: 515.40 mg; Fosfor: 1041.13 mg; Żelazo: 7.82 mg; Magnez: 215.94 mg;

sobota 2025-05-17 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: 1786.47 kcal; Białko ogółem: 62.50 g; Tłuszcz ogółem: 43.25 g; Węglowodany ogółem: 244.48 g; Kw. tł. nasycone: 7.42 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 2025-05-17 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: 1882.41 kcal; Białko ogółem: 77.88 g; Tłuszcz ogółem: 57.06 g; Węglowodany ogółem: 277.75 g; Kw. tł. nasycone: 10.19 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 2025-05-17Jadłospis 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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), 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 zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2079.95 kcal; Białko ogółem: 65.60 g; Tłuszcz ogółem: 55.47 g; Węglowodany ogółem: 288.45 g; Kw. tł. nasycone: 17.24 g; Sól: 5.56 g; Sód: 1961.57 mg; Błonnik: 38.06 g; W tym cukry: 61.61 g; WW: 28.99 Por; Potas: 3262.20 mg; Wapń: 972.71 mg; Fosfor: 1225.21 mg; Żelazo: 10.83 mg; Magnez: 273.56 mg;

sobota 2025-05-17Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
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.budyń) 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 2025-05-17Jadłospis 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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2022.15 kcal; Białko ogółem: 91.60 g; Tłuszcz ogółem: 38.55 g; Węglowodany ogółem: 289.66 g; Kw. tł. nasycone: 10.72 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1191.90 mg; Błonnik: 25.18 g; W tym cukry: 65.09 g; WW: 29.20 Por; Potas: 4002.20 mg; Wapń: 599.25 mg; Fosfor: 1206.19 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 261.78 mg;

sobota 2025-05-17Jadłospis 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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, 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, S02</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>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.82 kcal; Białko ogółem: 80.11 g; Tłuszcz ogółem: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 288.39 g; Kw. tł. nasycone: 10.04 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1160.23 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 64.49 g; WW: 29.08 Por; Potas: 3802.61 mg; Wapń: 592.35 mg; Fosfor: 1093.03 mg; Żelazo: 9.32 mg; Magnez: 244.69 mg;

sobota 2025-05-17Jadłospis 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>), Połędwica 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: Marchew w słupkach 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1908.16 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz ogółem: 45.23 g; Węglowodany ogółem: 250.04 g; Kw. tł. nasycone: 16.74 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1612.43 mg; Błonnik: 35.59 g; W tym cukry: 41.06 g; WW: 25.26 Por; Potas: 3937.13 mg; Wapń: 662.64 mg; Fosfor: 1399.99 mg; Żelazo: 12.08 mg; Magnez: 359.55 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-05-17		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), 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 b/glu 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), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), 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: 1802.04 kcal; Białko ogółem: 57.61 g; Tłuszcz ogółem: 64.68 g; Węglowodany ogółem: 255.53 g; Kw. tł. nasycone: 10.37 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 2025-05-18 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>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</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>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor 100g , 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: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2474.80 kcal; Białko ogółem: 92.27 g; Tłuszcz ogółem: 47.30 g; Węglowodany ogółem: 347.50 g; Kw. tł. nasycone: 12.51 g; Sól: 5.76 g; Sód: 1306.59 mg; Błonnik: 41.76 g; W tym cukry: 107.67 g; WW: 34.94 Por; Potas: 4837.48 mg; Wapń: 568.82 mg; Fosfor: 1183.96 mg; Żelazo: 11.99 mg; Magnez: 364.36 mg;

niedziela 2025-05-18 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 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</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>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor 100g ,
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: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.46 kcal; Białko ogółem: 93.48 g; Tłuszcz ogółem: 42.69 g; Węglowodany ogółem: 262.67 g; Kw. tł. nasycone: 10.09 g; Sól: 5.78 g; Sód: 1347.04 mg; Błonnik: 40.08 g; W tym cukry: 45.58 g; WW: 26.35 Por; Potas: 4105.92 mg; Wapń: 560.48 mg; Fosfor: 1222.44 mg; Żelazo: 12.11 mg; Magnez: 330.22 mg;

niedziela 2025-05-18 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>), Miód szukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<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 ,	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 15g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2272.99 kcal; Białko ogółem: 91.51 g; Tłuszcz ogółem: 44.44 g; Węglowodany ogółem: 337.08 g; Kw. tł. nasycone: 11.76 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1100.81 mg; Błonnik: 24.77 g; W tym cukry: 77.11 g; WW: 34.17 Por; Potas: 3932.62 mg; Wapń: 495.74 mg; Fosfor: 932.02 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 272.07 mg;

niedziela 2025-05-18 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>), Miód szukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<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 złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.19 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz ogółem: 39.10 g; Węglowodany ogółem: 324.63 g; Kw. tł. nasycone: 9.39 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1132.41 mg; Błonnik: 27.83 g; W tym cukry: 78.07 g; WW: 32.77 Por; Potas: 4047.02 mg; Wapń: 476.54 mg; Fosfor: 809.22 mg; Żelazo: 6.90 mg; Magnez: 245.67 mg;

niedziela 2025-05-18 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 szukowy 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 złocista 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.45 kcal; Białko ogółem: 55.59 g; Tłuszcz ogółem: 51.75 g; Węglowodany ogółem: 320.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.24 g; Sól: 2.09 g; Sód: 364.05 mg; Błonnik: 27.02 g; W tym cukry: 78.00 g; WW: 32.40 Por; Potas: 3505.48 mg; Wapń: 429.60 mg; Fosfor: 644.94 mg; Żelazo: 5.27 mg; Magnez: 212.15 mg;

niedziela 2025-05-18 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 gruszki 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: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Mleko 100ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2444.74 kcal; Białko ogółem: 103.85 g; Tłuszcz ogółem: 73.23 g; Węglowodany ogółem: 325.71 g; Kw. tł. nasycone: 23.55 g; Sól: 1.60 g; Sód: 545.56 mg; Błonnik: 23.45 g; W tym cukry: 117.46 g; WW: 32.87 Por; Potas: 4935.95 mg; Wapń: 826.86 mg; Fosfor: 1459.23 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 352.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-05-18			Jadłospis 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: Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.79 kcal; Białko ogółem: 96.68 g; Tłuszcz ogółem: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 319.52 g; Kw. tł. nasycone: 11.98 g; Sól: 4.03 g; Sód: 1075.57 mg; Błonnik: 27.68 g; W tym cukry: 73.24 g; WW: 32.32 Por; Potas: 3815.44 mg; Wapń: 485.87 mg; Fosfor: 810.51 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 245.12 mg;

niedziela 2025-05-18			Jadłospis 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 ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</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 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.28 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz ogółem: 48.19 g; Węglowodany ogółem: 326.45 g; Kw. tł. nasycone: 12.12 g; Sól: 4.11 g; Sód: 1166.05 mg; Błonnik: 27.83 g; W tym cukry: 79.39 g; WW: 32.96 Por; Potas: 4201.42 mg; Wapń: 515.54 mg; Fosfor: 950.14 mg; Żelazo: 7.24 mg; Magnez: 255.15 mg;

niedziela 2025-05-18			Jadłospis 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<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 ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.92 kcal; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz ogółem: 44.21 g; Węglowodany ogółem: 312.87 g; Kw. tł. nasycone: 10.16 g; Sól: 4.31 g; Sód: 1109.32 mg; Błonnik: 22.56 g; W tym cukry: 72.74 g; WW: 31.53 Por; Potas: 3411.63 mg; Wapń: 409.63 mg; Fosfor: 720.12 mg; Żelazo: 5.36 mg; Magnez: 211.80 mg;

niedziela 2025-05-18			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Poledwica 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 złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2051.95 kcal; Białko ogółem: 67.66 g; Tłuszcz ogółem: 42.70 g; Węglowodany ogółem: 305.45 g; Kw. tł. nasycone: 8.24 g; Sól: 2.08 g; Sód: 239.65 mg; Błonnik: 27.83 g; W tym cukry: 66.01 g; WW: 30.88 Por; Potas: 3686.49 mg; Wapń: 175.44 mg; Fosfor: 588.71 mg; Żelazo: 6.58 mg; Magnez: 214.54 mg;

niedziela 2025-05-18			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<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 , Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2090.58 kcal; Białko ogółem: 80.80 g; Tłuszcz ogółem: 58.23 g; Węglowodany ogółem: 324.30 g; Kw. tł. nasycone: 10.90 g; Sól: 4.96 g; Sód: 1033.51 mg; Błonnik: 30.04 g; W tym cukry: 78.73 g; WW: 32.69 Por; Potas: 3863.92 mg; Wapń: 197.14 mg; Fosfor: 614.72 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 228.07 mg;

niedziela 2025-05-18			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>), Miód sztukowy 25g 1szt , 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 ,		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 , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.93 kcal; Białko ogółem: 57.99 g; Tłuszcz ogółem: 45.02 g; Węglowodany ogółem: 336.96 g; Kw. tł. nasycone: 10.38 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1165.62 mg; Błonnik: 40.02 g; W tym cukry: 88.14 g; WW: 34.01 Por; Potas: 4309.90 mg; Wapń: 582.77 mg; Fosfor: 987.32 mg; Żelazo: 10.29 mg; Magnez: 320.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-05-18			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 ,		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 biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 250ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2445.29 kcal; Białko ogółem: 108.82 g; Tłuszcz ogółem: 73.36 g; Węglowodany ogółem: 281.30 g; Kw. tł. nasycone: 24.21 g; Sól: 1.87 g; Sód: 586.68 mg; Błonnik: 18.72 g; W tym cukry: 91.88 g; WW: 28.46 Por; Potas: 4250.03 mg; Wapń: 924.11 mg; Fosfor: 1494.03 mg; Żelazo: 6.70 mg; Magnez: 290.96 mg;

niedziela 2025-05-18			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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<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 ,		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 b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2272.81 kcal; Białko ogółem: 94.95 g; Tłuszcz ogółem: 44.49 g; Węglowodany ogółem: 335.26 g; Kw. tł. nasycone: 11.89 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1131.71 mg; Błonnik: 28.25 g; W tym cukry: 78.45 g; WW: 33.86 Por; Potas: 4103.18 mg; Wapń: 483.56 mg; Fosfor: 818.76 mg; Żelazo: 7.03 mg; Magnez: 249.08 mg;

niedziela 2025-05-18			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 40g (<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 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 , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2148.19 kcal; Białko ogółem: 94.41 g; Tłuszcz ogółem: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 334.33 g; Kw. tł. nasycone: 10.99 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1132.41 mg; Błonnik: 27.83 g; W tym cukry: 78.07 g; WW: 33.77 Por; Potas: 4047.02 mg; Wapń: 476.54 mg; Fosfor: 809.22 mg; Żelazo: 6.90 mg; Magnez: 245.67 mg;

niedziela 2025-05-18			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>), Pomidor b/skóry 100g ,		Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</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 graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	
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>), Cykorria 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2154.63 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz ogółem: 44.74 g; Węglowodany ogółem: 294.84 g; Kw. tł. nasycone: 10.66 g; Sól: 6.31 g; Sód: 1630.95 mg; Błonnik: 41.19 g; W tym cukry: 45.22 g; WW: 29.76 Por; Potas: 4180.24 mg; Wapń: 576.51 mg; Fosfor: 1342.47 mg; Żelazo: 13.54 mg; Magnez: 381.41 mg;

niedziela 2025-05-18			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 delikatesowa 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 ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2069.60 kcal; Białko ogółem: 59.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.52 g; Węglowodany ogółem: 322.63 g; Kw. tł. nasycone: 11.95 g; Sól: 2.42 g; Sód: 253.70 mg; Błonnik: 30.58 g; W tym cukry: 78.67 g; WW: 32.54 Por; Potas: 3856.60 mg; Wapń: 198.34 mg; Fosfor: 612.74 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 227.41 mg;