

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-19Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 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>), Dżem szt - 25g 1szt, Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (<i>GLU, JAJ, 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>), Papryka konserwowa 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2414.03 kcal; Białko ogółem: 76.08 g; Tłuszcz ogółem: 49.83 g; Węglowodany ogółem: 352.58 g; Kw. tł. nasycone: 14.12 g; Sól: 6.78 g; Sód: 1797.03 mg; Błonnik: 36.61 g; W tym cukry: 99.81 g; WW: 35.39 Por; Potas: 3019.58 mg; Wapń: 684.28 mg; Fosfor: 1237.14 mg; Żelazo: 9.88 mg; Magnez: 267.29 mg;

poniedziałek 2025-05-19Jadłospis 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron pełnoziarnisty z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (<i>GLU, JAJ, 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>), Papryka konserwowa 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2089.95 kcal; Białko ogółem: 77.26 g; Tłuszcz ogółem: 48.07 g; Węglowodany ogółem: 297.78 g; Kw. tł. nasycone: 11.72 g; Sól: 6.80 g; Sód: 1839.63 mg; Błonnik: 38.01 g; W tym cukry: 56.19 g; WW: 29.89 Por; Potas: 3085.78 mg; Wapń: 688.88 mg; Fosfor: 1321.14 mg; Żelazo: 10.88 mg; Magnez: 300.29 mg;

poniedziałek 2025-05-19Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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 plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Bułka pszenna krojona 40g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Banan 1/2 szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2436.05 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz ogółem: 47.15 g; Węglowodany ogółem: 366.40 g; Kw. tł. nasycone: 13.40 g; Sól: 5.60 g; Sód: 1238.23 mg; Błonnik: 21.40 g; W tym cukry: 87.85 g; WW: 37.00 Por; Potas: 2950.03 mg; Wapń: 657.28 mg; Fosfor: 972.24 mg; Żelazo: 8.04 mg; Magnez: 210.89 mg;

poniedziałek 2025-05-19Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Bułka pszenna krojona 40g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Banan 1/2 szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2331.65 kcal; Białko ogółem: 85.03 g; Tłuszcz ogółem: 46.83 g; Węglowodany ogółem: 356.61 g; Kw. tł. nasycone: 11.25 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1238.23 mg; Błonnik: 21.40 g; W tym cukry: 87.85 g; WW: 36.00 Por; Potas: 2950.03 mg; Wapń: 657.28 mg; Fosfor: 972.24 mg; Żelazo: 8.04 mg; Magnez: 210.89 mg;

poniedziałek 2025-05-19Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.80 kcal; Białko ogółem: 53.18 g; Tłuszcz ogółem: 43.41 g; Węglowodany ogółem: 327.31 g; Kw. tł. nasycone: 12.13 g; Sól: 1.62 g; Sód: 315.00 mg; Błonnik: 24.84 g; W tym cukry: 102.01 g; WW: 33.05 Por; Potas: 2961.37 mg; Wapń: 588.34 mg; Fosfor: 739.78 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 192.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-19			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (GLU, SOJ, MLE),		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2691.53 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 374.29 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 585.06 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 93.29 g; WW: 37.80 Por; Potas: 4487.35 mg; Wapń: 696.86 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-05-19			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Zupa krem z białych warzyw mix 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron z brokulem i serem białym papka 400g (GLU, JAJ, MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (MLE), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2235.72 kcal; Białko ogółem: 87.60 g; Tłuszcz ogółem: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 350.73 g; Kw. tł. nasycone: 13.77 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1157.68 mg; Błonnik: 23.13 g; W tym cukry: 95.79 g; WW: 35.45 Por; Potas: 2752.94 mg; Wapń: 719.47 mg; Fosfor: 1116.80 mg; Żelazo: 8.12 mg; Magnez: 196.66 mg;

poniedziałek 2025-05-19			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (MLE), Kielbasa krakowska 50g (GLU, SOJ), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron z brokulem i serem białym 400g (GLU, JAJ, MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2524.12 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz ogółem: 58.53 g; Węglowodany ogółem: 359.55 g; Kw. tł. nasycone: 18.42 g; Sól: 6.20 g; Sód: 1481.41 mg; Błonnik: 22.43 g; W tym cukry: 108.64 g; WW: 36.34 Por; Potas: 3411.91 mg; Wapń: 1046.82 mg; Fosfor: 1301.92 mg; Żelazo: 8.47 mg; Magnez: 255.75 mg;

poniedziałek 2025-05-19			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (GLU, SOJ), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron z brokulem i serem białym 400g (GLU, JAJ, MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 150ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.89 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz ogółem: 43.29 g; Węglowodany ogółem: 312.74 g; Kw. tł. nasycone: 11.70 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1080.76 mg; Błonnik: 19.00 g; W tym cukry: 71.84 g; WW: 31.52 Por; Potas: 2426.03 mg; Wapń: 673.84 mg; Fosfor: 1006.17 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 169.59 mg;

poniedziałek 2025-05-19			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 50g (SOJ), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron b/glutenu z brokulem i ser białym 400g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2089.17 kcal; Białko ogółem: 57.32 g; Tłuszcz ogółem: 42.71 g; Węglowodany ogółem: 328.38 g; Kw. tł. nasycone: 10.34 g; Sól: 1.87 g; Sód: 246.29 mg; Błonnik: 22.69 g; W tym cukry: 82.31 g; WW: 33.15 Por; Potas: 2791.41 mg; Wapń: 372.37 mg; Fosfor: 686.47 mg; Żelazo: 5.77 mg; Magnez: 176.96 mg;

poniedziałek 2025-05-19			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (GLU, SOJ), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (SEL, S02), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Buraczki gotowane plastry 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2086.65 kcal; Białko ogółem: 76.90 g; Tłuszcz ogółem: 44.52 g; Węglowodany ogółem: 361.83 g; Kw. tł. nasycone: 7.23 g; Sól: 5.16 g; Sód: 1096.65 mg; Błonnik: 26.11 g; W tym cukry: 94.55 g; WW: 36.51 Por; Potas: 3530.81 mg; Wapń: 216.94 mg; Fosfor: 702.25 mg; Żelazo: 9.21 mg; Magnez: 245.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-19			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 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>), Papryka konserwowa 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.47 kcal; Białko ogółem: 79.18 g; Tłuszcz ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 306.77 g; Kw. tł. nasycone: 18.38 g; Sól: 4.74 g; Sód: 1790.32 mg; Błonnik: 30.94 g; W tym cukry: 74.41 g; WW: 30.84 Por; Potas: 2706.84 mg; Wapń: 984.54 mg; Fosfor: 1362.87 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 239.34 mg;

poniedziałek 2025-05-19			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: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.25 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 344.08 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.08 g; Sód: 428.04 mg; Błonnik: 26.57 g; W tym cukry: 67.53 g; WW: 34.71 Por; Potas: 4697.90 mg; Wapń: 205.39 mg; Fosfor: 1397.32 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 304.38 mg;

poniedziałek 2025-05-19			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym b/soli 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2284.87 kcal; Białko ogółem: 84.35 g; Tłuszcz ogółem: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 367.46 g; Kw. tł. nasycone: 13.16 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1114.21 mg; Błonnik: 22.94 g; W tym cukry: 108.28 g; WW: 37.16 Por; Potas: 3391.26 mg; Wapń: 702.27 mg; Fosfor: 1055.37 mg; Żelazo: 8.21 mg; Magnez: 243.36 mg;

poniedziałek 2025-05-19			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.04 kcal; Białko ogółem: 84.01 g; Tłuszcz ogółem: 44.77 g; Węglowodany ogółem: 357.53 g; Kw. tł. nasycone: 13.12 g; Sól: 4.25 g; Sód: 1105.89 mg; Błonnik: 22.41 g; W tym cukry: 107.68 g; WW: 36.14 Por; Potas: 3352.11 mg; Wapń: 697.47 mg; Fosfor: 1048.47 mg; Żelazo: 8.12 mg; Magnez: 240.96 mg;

poniedziałek 2025-05-19			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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2068.73 kcal; Białko ogółem: 83.70 g; Tłuszcz ogółem: 47.07 g; Węglowodany ogółem: 285.83 g; Kw. tł. nasycone: 11.93 g; Sól: 5.60 g; Sód: 1360.46 mg; Błonnik: 33.40 g; W tym cukry: 51.88 g; WW: 28.81 Por; Potas: 3065.87 mg; Wapń: 706.48 mg; Fosfor: 1255.86 mg; Żelazo: 10.91 mg; Magnez: 289.73 mg;

poniedziałek 2025-05-19			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Makaron bezglutenowy 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 100ml , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatkowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1977.93 kcal; Białko ogółem: 53.32 g; Tłuszcz ogółem: 50.49 g; Węglowodany ogółem: 337.48 g; Kw. tł. nasycone: 9.11 g; Sól: 2.31 g; Sód: 212.59 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 77.26 g; WW: 34.07 Por; Potas: 3107.01 mg; Wapń: 169.90 mg; Fosfor: 513.75 mg; Żelazo: 6.07 mg; Magnez: 199.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 świeży 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 120g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 0.5szt (<i>JAJ</i>), Szynka złocista 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartą gruszką 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2559.52 kcal; Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz ogółem: 64.26 g; Węglowodany ogółem: 349.14 g; Kw. tł. nasycone: 24.88 g; Sól: 5.50 g; Sód: 1710.88 mg; Błonnik: 35.97 g; W tym cukry: 118.66 g; WW: 35.06 Por; Potas: 4342.86 mg; Wapń: 584.80 mg; Fosfor: 1386.77 mg; Żelazo: 13.59 mg; Magnez: 364.72 mg;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 120g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , 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 50g (<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 0.5szt (<i>JAJ</i>), Szynka złocista 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2038.92 kcal; Białko ogółem: 81.62 g; Tłuszcz ogółem: 59.98 g; Węglowodany ogółem: 260.04 g; Kw. tł. nasycone: 22.04 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1739.33 mg; Błonnik: 34.11 g; W tym cukry: 56.65 g; WW: 26.19 Por; Potas: 4183.51 mg; Wapń: 557.60 mg; Fosfor: 1308.47 mg; Żelazo: 12.93 mg; Magnez: 345.37 mg;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 50g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 120g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 15g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartą gruszką 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2355.23 kcal; Białko ogółem: 86.63 g; Tłuszcz ogółem: 64.89 g; Węglowodany ogółem: 307.70 g; Kw. tł. nasycone: 26.70 g; Sól: 4.75 g; Sód: 1375.86 mg; Błonnik: 20.58 g; W tym cukry: 75.98 g; WW: 31.01 Por; Potas: 3449.56 mg; Wapń: 562.70 mg; Fosfor: 1193.21 mg; Żelazo: 10.46 mg; Magnez: 267.46 mg;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 50g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 120g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartą gruszką 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.43 kcal; Białko ogółem: 86.65 g; Tłuszcz ogółem: 60.86 g; Węglowodany ogółem: 297.67 g; Kw. tł. nasycone: 22.04 g; Sól: 4.64 g; Sód: 1336.26 mg; Błonnik: 20.58 g; W tym cukry: 75.77 g; WW: 29.99 Por; Potas: 3442.96 mg; Wapń: 557.20 mg; Fosfor: 1180.91 mg; Żelazo: 10.44 mg; Magnez: 266.66 mg;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 120g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartą gruszką 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1886.76 kcal; Białko ogółem: 45.26 g; Tłuszcz ogółem: 56.71 g; Węglowodany ogółem: 255.55 g; Kw. tł. nasycone: 16.50 g; Sól: 1.74 g; Sód: 493.83 mg; Błonnik: 25.51 g; W tym cukry: 67.68 g; WW: 25.73 Por; Potas: 3277.05 mg; Wapń: 215.99 mg; Fosfor: 642.39 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 176.03 mg;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (GLU, MLE),	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2422.47 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz ogółem: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 312.48 g; Kw. tł. nasycone: 25.30 g; Sól: 1.66 g; Sód: 572.09 mg; Błonnik: 20.53 g; W tym cukry: 105.14 g; WW: 31.54 Por; Potas: 4290.05 mg; Wapń: 898.64 mg; Fosfor: 1612.31 mg; Żelazo: 8.06 mg; Magnez: 338.59 mg;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami (papka) 300ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 120g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy (papka) 80g (MLE), Marchewka duszona (papka) 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2284.51 kcal; Białko ogółem: 81.16 g; Tłuszcz ogółem: 62.51 g; Węglowodany ogółem: 310.86 g; Kw. tł. nasycone: 30.47 g; Sól: 3.88 g; Sód: 1494.80 mg; Błonnik: 21.93 g; W tym cukry: 74.93 g; WW: 31.34 Por; Potas: 3460.81 mg; Wapń: 547.04 mg; Fosfor: 1269.38 mg; Żelazo: 9.27 mg; Magnez: 277.15 mg;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 120g , Salata z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartą gruszką 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2556.51 kcal; Białko ogółem: 94.78 g; Tłuszcz ogółem: 84.36 g; Węglowodany ogółem: 317.21 g; Kw. tł. nasycone: 35.09 g; Sól: 6.46 g; Sód: 1603.68 mg; Błonnik: 24.12 g; W tym cukry: 84.43 g; WW: 31.94 Por; Potas: 4025.80 mg; Wapń: 597.89 mg; Fosfor: 1230.74 mg; Żelazo: 11.51 mg; Magnez: 291.98 mg;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Salata masłowa 10g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 120g , Salata z buraków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Marchewka duszona 50g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartą gruszką 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.80 kcal; Białko ogółem: 77.82 g; Tłuszcz ogółem: 51.70 g; Węglowodany ogółem: 292.11 g; Kw. tł. nasycone: 21.17 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1306.88 mg; Błonnik: 18.52 g; W tym cukry: 69.74 g; WW: 29.38 Por; Potas: 3163.38 mg; Wapń: 499.96 mg; Fosfor: 1109.08 mg; Żelazo: 8.79 mg; Magnez: 252.88 mg;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 120g , Salata z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Marchewka duszona b/mąki 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartą gruszką 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2161.01 kcal; Białko ogółem: 62.42 g; Tłuszcz ogółem: 68.37 g; Węglowodany ogółem: 280.01 g; Kw. tł. nasycone: 21.90 g; Sól: 2.66 g; Sód: 633.10 mg; Błonnik: 24.64 g; W tym cukry: 79.04 g; WW: 28.14 Por; Potas: 3255.56 mg; Wapń: 494.10 mg; Fosfor: 821.41 mg; Żelazo: 7.38 mg; Magnez: 185.11 mg;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/ml 300ml (GLU, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 120g , Salata z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona 100g (GLU),
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Ogórek świeży b/s 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartą gruszką 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.39 kcal; Białko ogółem: 68.77 g; Tłuszcz ogółem: 66.38 g; Węglowodany ogółem: 300.85 g; Kw. tł. nasycone: 12.11 g; Sól: 4.96 g; Sód: 1221.20 mg; Błonnik: 22.92 g; W tym cukry: 69.98 g; WW: 30.38 Por; Potas: 3573.45 mg; Wapń: 218.88 mg; Fosfor: 761.12 mg; Żelazo: 10.26 mg; Magnez: 218.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-05-20			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Sałata masłowa 10g , Ogórek świeży 90g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 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 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartą gruszką 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2268.12 kcal; Białko ogółem: 62.97 g; Tłuszcz ogółem: 72.23 g; Węglowodany ogółem: 303.53 g; Kw. tł. nasycone: 27.67 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1760.75 mg; Błonnik: 32.70 g; W tym cukry: 79.67 g; WW: 30.55 Por; Potas: 3821.33 mg; Wapń: 895.69 mg; Fosfor: 1303.61 mg; Żelazo: 12.48 mg; Magnez: 331.28 mg;

wtorek 2025-05-20			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata z cukrem 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 z cukrem 250ml ,			
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1853.33 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 281.13 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.92 g; Sód: 362.62 mg; Błonnik: 17.62 g; W tym cukry: 85.05 g; WW: 28.38 Por; Potas: 3660.22 mg; Wapń: 153.98 mg; Fosfor: 1117.30 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 241.34 mg;

wtorek 2025-05-20			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 120g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartą gruszką 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2345.89 kcal; Białko ogółem: 80.60 g; Tłuszcz ogółem: 64.25 g; Węglowodany ogółem: 324.19 g; Kw. tł. nasycone: 23.72 g; Sól: 4.62 g; Sód: 1413.92 mg; Błonnik: 24.61 g; W tym cukry: 83.59 g; WW: 32.67 Por; Potas: 4027.99 mg; Wapń: 574.55 mg; Fosfor: 1175.63 mg; Żelazo: 11.47 mg; Magnez: 290.23 mg;

wtorek 2025-05-20			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 120g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartą gruszką 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.87 kcal; Białko ogółem: 80.36 g; Tłuszcz ogółem: 63.39 g; Węglowodany ogółem: 322.98 g; Kw. tł. nasycone: 23.17 g; Sól: 4.58 g; Sód: 1405.68 mg; Błonnik: 24.12 g; W tym cukry: 83.00 g; WW: 32.55 Por; Potas: 3992.80 mg; Wapń: 570.39 mg; Fosfor: 1169.24 mg; Żelazo: 11.41 mg; Magnez: 287.98 mg;

wtorek 2025-05-20			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku 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>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 120g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2081.09 kcal; Białko ogółem: 83.66 g; Tłuszcz ogółem: 59.11 g; Węglowodany ogółem: 269.95 g; Kw. tł. nasycone: 21.83 g; Sól: 5.74 g; Sód: 1593.61 mg; Błonnik: 33.06 g; W tym cukry: 66.21 g; WW: 27.23 Por; Potas: 4377.01 mg; Wapń: 557.70 mg; Fosfor: 1289.11 mg; Żelazo: 13.49 mg; Magnez: 346.81 mg;

wtorek 2025-05-20			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 120g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartą gruszką 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1709.93 kcal; Białko ogółem: 47.56 g; Tłuszcz ogółem: 57.89 g; Węglowodany ogółem: 255.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.08 g; Sól: 2.60 g; Sód: 331.30 mg; Błonnik: 24.70 g; W tym cukry: 66.50 g; WW: 25.75 Por; Potas: 2909.21 mg; Wapń: 171.40 mg; Fosfor: 551.81 mg; Żelazo: 7.12 mg; Magnez: 153.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 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>), Pomidor 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Pasta z soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej, z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2453.31 kcal; Białko ogółem: 83.05 g; Tłuszcz ogółem: 42.59 g; Węglowodany ogółem: 366.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.32 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1359.86 mg; Błonnik: 35.98 g; W tym cukry: 94.97 g; WW: 36.73 Por; Potas: 3326.68 mg; Wapń: 555.96 mg; Fosfor: 1161.04 mg; Żelazo: 9.63 mg; Magnez: 284.39 mg;

środa 2025-05-21 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>), Pomidor 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Makaron pełnoziarnisty 200g (<i>GLU</i> , <i>MCK</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior 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 soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 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: 1970.61 kcal; Białko ogółem: 84.69 g; Tłuszcz ogółem: 36.81 g; Węglowodany ogółem: 285.64 g; Kw. tł. nasycone: 9.51 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1404.46 mg; Błonnik: 39.81 g; W tym cukry: 45.18 g; WW: 28.65 Por; Potas: 3457.98 mg; Wapń: 557.46 mg; Fosfor: 1227.04 mg; Żelazo: 10.46 mg; Magnez: 318.19 mg;

środa 2025-05-21 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) 60g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.09 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz ogółem: 43.85 g; Węglowodany ogółem: 346.00 g; Kw. tł. nasycone: 19.81 g; Sól: 5.27 g; Sód: 1928.16 mg; Błonnik: 23.02 g; W tym cukry: 64.85 g; WW: 34.91 Por; Potas: 2951.14 mg; Wapń: 531.82 mg; Fosfor: 908.79 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 242.92 mg;

środa 2025-05-21 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 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>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 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 owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.41 kcal; Białko ogółem: 84.52 g; Tłuszcz ogółem: 31.89 g; Węglowodany ogółem: 325.69 g; Kw. tł. nasycone: 10.07 g; Sól: 4.95 g; Sód: 1804.44 mg; Błonnik: 22.69 g; W tym cukry: 63.54 g; WW: 32.84 Por; Potas: 2880.04 mg; Wapń: 511.11 mg; Fosfor: 866.37 mg; Żelazo: 7.77 mg; Magnez: 237.76 mg;

środa 2025-05-21 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 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 owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1917.89 kcal; Białko ogółem: 60.41 g; Tłuszcz ogółem: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 303.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.72 g; Sól: 2.81 g; Sód: 944.84 mg; Błonnik: 25.97 g; W tym cukry: 38.91 g; WW: 30.57 Por; Potas: 2319.34 mg; Wapń: 186.01 mg; Fosfor: 504.37 mg; Żelazo: 5.42 mg; Magnez: 173.76 mg;

środa 2025-05-21 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 z cukrem 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: 2155.67 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz ogółem: 59.69 g; Węglowodany ogółem: 316.33 g; Kw. tł. nasycone: 17.31 g; Sól: 1.51 g; Sód: 564.01 mg; Błonnik: 19.47 g; W tym cukry: 114.14 g; WW: 31.93 Por; Potas: 4268.35 mg; Wapń: 861.36 mg; Fosfor: 1435.93 mg; Żelazo: 6.82 mg; Magnez: 285.59 mg;

środa 2025-05-21Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 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 ziemniaczana mix 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki mix 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami mix 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2181.34 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz ogółem: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 341.47 g; Kw. tł. nasycone: 12.60 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1162.09 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 66.36 g; WW: 34.47 Por; Potas: 3213.43 mg; Wapń: 541.25 mg; Fosfor: 969.20 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 224.90 mg;

środa 2025-05-21Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 70g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.27 kcal; Białko ogółem: 102.42 g; Tłuszcz ogółem: 36.75 g; Węglowodany ogółem: 330.04 g; Kw. tł. nasycone: 12.37 g; Sól: 6.00 g; Sód: 1838.22 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 66.67 g; WW: 33.30 Por; Potas: 3024.79 mg; Wapń: 573.82 mg; Fosfor: 1010.85 mg; Żelazo: 8.05 mg; Magnez: 247.30 mg;

środa 2025-05-21Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 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>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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 , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2050.72 kcal; Białko ogółem: 79.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 316.34 g; Kw. tł. nasycone: 10.54 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1068.86 mg; Błonnik: 18.07 g; W tym cukry: 61.19 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2594.69 mg; Wapń: 463.57 mg; Fosfor: 801.93 mg; Żelazo: 6.53 mg; Magnez: 179.07 mg;

środa 2025-05-21Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
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>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron bezglutenowy 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1911.01 kcal; Białko ogółem: 56.81 g; Tłuszcz ogółem: 34.40 g; Węglowodany ogółem: 295.98 g; Kw. tł. nasycone: 8.50 g; Sól: 2.76 g; Sód: 944.84 mg; Błonnik: 22.97 g; W tym cukry: 38.11 g; WW: 29.77 Por; Potas: 2319.34 mg; Wapń: 186.01 mg; Fosfor: 504.37 mg; Żelazo: 5.42 mg; Magnez: 173.76 mg;

środa 2025-05-21Jadłospis 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>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 40g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2253.74 kcal; Białko ogółem: 74.60 g; Tłuszcz ogółem: 50.79 g; Węglowodany ogółem: 386.73 g; Kw. tł. nasycone: 10.67 g; Sól: 6.27 g; Sód: 1827.82 mg; Błonnik: 28.69 g; W tym cukry: 87.60 g; WW: 39.07 Por; Potas: 3472.36 mg; Wapń: 205.05 mg; Fosfor: 782.63 mg; Żelazo: 9.38 mg; Magnez: 304.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 20g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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 i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 30g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2741.80 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz ogółem: 74.93 g; Węglowodany ogółem: 361.23 g; Kw. tł. nasycone: 22.24 g; Sól: 7.23 g; Sód: 2756.74 mg; Błonnik: 36.59 g; W tym cukry: 100.13 g; WW: 36.12 Por; Potas: 2648.48 mg; Wapń: 740.56 mg; Fosfor: 1419.06 mg; Żelazo: 10.51 mg; Magnez: 362.31 mg;

czwartek 2025-05-22 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 20g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 30g (<i>JAJ, GOR</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: 2194.30 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz ogółem: 72.83 g; Węglowodany ogółem: 261.75 g; Kw. tł. nasycone: 19.77 g; Sól: 7.20 g; Sód: 2786.44 mg; Błonnik: 36.74 g; W tym cukry: 41.84 g; WW: 26.16 Por; Potas: 2670.88 mg; Wapń: 739.16 mg; Fosfor: 1498.76 mg; Żelazo: 11.32 mg; Magnez: 391.51 mg;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2348.10 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz ogółem: 50.58 g; Węglowodany ogółem: 348.31 g; Kw. tł. nasycone: 13.22 g; Sól: 3.44 g; Sód: 1238.97 mg; Błonnik: 17.82 g; W tym cukry: 68.59 g; WW: 35.03 Por; Potas: 1981.82 mg; Wapń: 508.58 mg; Fosfor: 928.13 mg; Żelazo: 7.31 mg; Magnez: 161.37 mg;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2164.20 kcal; Białko ogółem: 81.73 g; Tłuszcz ogółem: 50.26 g; Węglowodany ogółem: 318.77 g; Kw. tł. nasycone: 11.07 g; Sól: 3.43 g; Sód: 1238.97 mg; Błonnik: 17.82 g; W tym cukry: 68.59 g; WW: 32.03 Por; Potas: 1981.82 mg; Wapń: 508.58 mg; Fosfor: 928.13 mg; Żelazo: 7.31 mg; Magnez: 161.37 mg;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1893.48 kcal; Białko ogółem: 50.41 g; Tłuszcz ogółem: 48.63 g; Węglowodany ogółem: 265.45 g; Kw. tł. nasycone: 9.69 g; Sól: 1.28 g; Sód: 409.71 mg; Błonnik: 20.55 g; W tym cukry: 52.68 g; WW: 26.64 Por; Potas: 1363.24 mg; Wapń: 152.31 mg; Fosfor: 528.95 mg; Żelazo: 4.75 mg; Magnez: 94.39 mg;

czwartek 2025-05-22 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Sok owocowy 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 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: Budyń waniliowy 200ml (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2401.39 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz ogółem: 69.97 g; Węglowodany ogółem: 292.43 g; Kw. tł. nasycone: 23.22 g; Sól: 1.65 g; Sód: 528.66 mg; Błonnik: 17.36 g; W tym cukry: 78.30 g; WW: 29.54 Por; Potas: 3924.55 mg; Wapń: 755.51 mg; Fosfor: 1374.53 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 276.86 mg;

czwartek 2025-05-22Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką (papka) 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem papka 300g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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 plastry papka 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jablko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2156.60 kcal; Białko ogółem: 78.21 g; Tłuszcz ogółem: 34.97 g; Węglowodany ogółem: 341.39 g; Kw. tł. nasycone: 11.48 g; Sól: 3.40 g; Sód: 1247.22 mg; Błonnik: 23.29 g; W tym cukry: 79.30 g; WW: 34.35 Por; Potas: 2206.92 mg; Wapń: 510.19 mg; Fosfor: 911.31 mg; Żelazo: 7.88 mg; Magnez: 169.70 mg;

czwartek 2025-05-22Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2400.98 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz ogółem: 57.87 g; Węglowodany ogółem: 324.38 g; Kw. tł. nasycone: 14.49 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1274.91 mg; Błonnik: 17.87 g; W tym cukry: 71.47 g; WW: 32.62 Por; Potas: 2080.29 mg; Wapń: 586.75 mg; Fosfor: 1104.93 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 169.38 mg;

czwartek 2025-05-22Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , 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 50g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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 plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.01 kcal; Białko ogółem: 76.63 g; Tłuszcz ogółem: 39.77 g; Węglowodany ogółem: 317.95 g; Kw. tł. nasycone: 10.15 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1230.08 mg; Błonnik: 17.56 g; W tym cukry: 68.54 g; WW: 31.93 Por; Potas: 1999.88 mg; Wapń: 477.55 mg; Fosfor: 880.88 mg; Żelazo: 7.07 mg; Magnez: 157.18 mg;

czwartek 2025-05-22Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z ryżem 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.98 kcal; Białko ogółem: 57.75 g; Tłuszcz ogółem: 53.99 g; Węglowodany ogółem: 307.53 g; Kw. tł. nasycone: 11.10 g; Sól: 1.39 g; Sód: 456.76 mg; Błonnik: 19.36 g; W tym cukry: 63.58 g; WW: 30.84 Por; Potas: 1928.24 mg; Wapń: 482.74 mg; Fosfor: 804.84 mg; Żelazo: 5.67 mg; Magnez: 137.14 mg;

czwartek 2025-05-22Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/ml 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2156.00 kcal; Białko ogółem: 66.87 g; Tłuszcz ogółem: 67.38 g; Węglowodany ogółem: 328.43 g; Kw. tł. nasycone: 11.64 g; Sól: 5.21 g; Sód: 1218.79 mg; Błonnik: 19.81 g; W tym cukry: 76.74 g; WW: 33.01 Por; Potas: 1780.11 mg; Wapń: 177.92 mg; Fosfor: 631.12 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 144.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-05-22		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i tofu 300g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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 b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2126.58 kcal; Białko ogółem: 64.96 g; Tłuszcz ogółem: 47.79 g; Węglowodany ogółem: 321.78 g; Kw. tł. nasycone: 11.82 g; Sól: 6.17 g; Sód: 1823.69 mg; Błonnik: 28.16 g; W tym cukry: 67.52 g; WW: 32.28 Por; Potas: 1802.66 mg; Wapń: 492.46 mg; Fosfor: 823.57 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 221.47 mg;

czwartek 2025-05-22		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata z cukrem 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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1808.55 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 269.91 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.91 g; Sód: 362.52 mg; Błonnik: 17.62 g; W tym cukry: 73.74 g; WW: 27.28 Por; Potas: 3660.02 mg; Wapń: 153.88 mg; Fosfor: 1117.30 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 241.34 mg;

czwartek 2025-05-22		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2244.63 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 49.25 g; Węglowodany ogółem: 327.72 g; Kw. tł. nasycone: 12.89 g; Sól: 3.43 g; Sód: 1229.45 mg; Błonnik: 17.80 g; W tym cukry: 67.91 g; WW: 32.93 Por; Potas: 1954.49 mg; Wapń: 488.11 mg; Fosfor: 885.05 mg; Żelazo: 7.24 mg; Magnez: 159.09 mg;

czwartek 2025-05-22		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2141.83 kcal; Białko ogółem: 75.88 g; Tłuszcz ogółem: 46.47 g; Węglowodany ogółem: 327.52 g; Kw. tł. nasycone: 11.74 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1229.76 mg; Błonnik: 17.80 g; W tym cukry: 67.91 g; WW: 32.93 Por; Potas: 1954.49 mg; Wapń: 488.11 mg; Fosfor: 885.05 mg; Żelazo: 7.24 mg; Magnez: 159.09 mg;

czwartek 2025-05-22		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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, 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: 1981.00 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz ogółem: 55.02 g; Węglowodany ogółem: 254.40 g; Kw. tł. nasycone: 11.44 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1432.85 mg; Błonnik: 33.88 g; W tym cukry: 40.44 g; WW: 25.52 Por; Potas: 2390.40 mg; Wapń: 522.26 mg; Fosfor: 1251.49 mg; Żelazo: 9.94 mg; Magnez: 328.80 mg;

czwartek 2025-05-22		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z ryżem b/ml 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 z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1740.91 kcal; Białko ogółem: 42.18 g; Tłuszcz ogółem: 65.64 g; Węglowodany ogółem: 248.25 g; Kw. tł. nasycone: 10.61 g; Sól: 1.94 g; Sód: 334.69 mg; Błonnik: 19.85 g; W tym cukry: 50.82 g; WW: 24.93 Por; Potas: 1563.01 mg; Wapń: 147.35 mg; Fosfor: 510.91 mg; Żelazo: 5.39 mg; Magnez: 105.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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 wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 0.5szt (<i>JAJ</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2371.29 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 56.21 g; Węglowodany ogółem: 324.00 g; Kw. tł. nasycone: 21.66 g; Sól: 7.19 g; Sód: 2578.62 mg; Błonnik: 32.40 g; W tym cukry: 91.62 g; WW: 32.51 Por; Potas: 3432.59 mg; Wapń: 615.52 mg; Fosfor: 1176.76 mg; Żelazo: 10.86 mg; Magnez: 364.03 mg;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszanej 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 60g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 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>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1860.08 kcal; Białko ogółem: 78.30 g; Tłuszcz ogółem: 53.78 g; Węglowodany ogółem: 230.85 g; Kw. tł. nasycone: 19.63 g; Sól: 7.40 g; Sód: 2857.23 mg; Błonnik: 31.94 g; W tym cukry: 30.49 g; WW: 23.19 Por; Potas: 3626.14 mg; Wapń: 620.22 mg; Fosfor: 1155.21 mg; Żelazo: 10.91 mg; Magnez: 360.48 mg;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 60g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2317.23 kcal; Białko ogółem: 84.40 g; Tłuszcz ogółem: 51.39 g; Węglowodany ogółem: 341.76 g; Kw. tł. nasycone: 20.84 g; Sól: 4.25 g; Sód: 1458.37 mg; Błonnik: 24.84 g; W tym cukry: 88.83 g; WW: 34.43 Por; Potas: 3260.23 mg; Wapń: 548.32 mg; Fosfor: 969.79 mg; Żelazo: 8.07 mg; Magnez: 240.32 mg;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 60g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.83 kcal; Białko ogółem: 85.44 g; Tłuszcz ogółem: 51.07 g; Węglowodany ogółem: 331.97 g; Kw. tł. nasycone: 18.69 g; Sól: 4.24 g; Sód: 1458.37 mg; Błonnik: 24.84 g; W tym cukry: 88.83 g; WW: 33.43 Por; Potas: 3260.23 mg; Wapń: 548.32 mg; Fosfor: 969.79 mg; Żelazo: 8.07 mg; Magnez: 240.32 mg;

piątek 2025-05-23 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1946.90 kcal; Białko ogółem: 51.66 g; Tłuszcz ogółem: 43.93 g; Węglowodany ogółem: 292.70 g; Kw. tł. nasycone: 16.86 g; Sól: 1.54 g; Sód: 555.54 mg; Błonnik: 26.05 g; W tym cukry: 77.84 g; WW: 29.47 Por; Potas: 2560.88 mg; Wapń: 184.00 mg; Fosfor: 389.67 mg; Żelazo: 5.19 mg; Magnez: 125.05 mg;

piątek 2025-05-23 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 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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2310.87 kcal; Białko ogółem: 101.95 g; Tłuszcz ogółem: 70.07 g; Węglowodany ogółem: 298.91 g; Kw. tł. nasycone: 22.55 g; Sól: 1.58 g; Sód: 539.61 mg; Błonnik: 18.70 g; W tym cukry: 102.23 g; WW: 30.21 Por; Potas: 4221.90 mg; Wapń: 810.91 mg; Fosfor: 1505.13 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-05-23Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pasta warzywna 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) puree 100g (RYB), Ziemniaki puree 200g , Warzywa po grecku mix 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem (papka) 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2264.75 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz ogółem: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 347.59 g; Kw. tł. nasycone: 19.82 g; Sól: 3.76 g; Sód: 1442.23 mg; Błonnik: 27.46 g; W tym cukry: 92.30 g; WW: 35.11 Por; Potas: 3950.82 mg; Wapń: 630.27 mg; Fosfor: 1027.29 mg; Żelazo: 11.08 mg; Magnez: 287.55 mg;

piątek 2025-05-23Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Serek wiejski 50g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2569.57 kcal; Białko ogółem: 102.10 g; Tłuszcz ogółem: 67.93 g; Węglowodany ogółem: 350.36 g; Kw. tł. nasycone: 31.77 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1684.27 mg; Błonnik: 25.47 g; W tym cukry: 99.76 g; WW: 35.26 Por; Potas: 3522.65 mg; Wapń: 716.20 mg; Fosfor: 1203.10 mg; Żelazo: 9.74 mg; Magnez: 269.75 mg;

piątek 2025-05-23Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 50ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2053.80 kcal; Białko ogółem: 75.01 g; Tłuszcz ogółem: 39.42 g; Węglowodany ogółem: 309.15 g; Kw. tł. nasycone: 17.72 g; Sól: 3.48 g; Sód: 1332.40 mg; Błonnik: 18.56 g; W tym cukry: 80.90 g; WW: 31.12 Por; Potas: 2926.83 mg; Wapń: 507.00 mg; Fosfor: 883.12 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 222.90 mg;

piątek 2025-05-23Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2033.64 kcal; Białko ogółem: 59.42 g; Tłuszcz ogółem: 46.27 g; Węglowodany ogółem: 299.85 g; Kw. tł. nasycone: 17.98 g; Sól: 2.16 g; Sód: 803.25 mg; Błonnik: 22.84 g; W tym cukry: 81.34 g; WW: 30.13 Por; Potas: 3179.48 mg; Wapń: 525.08 mg; Fosfor: 672.41 mg; Żelazo: 6.29 mg; Magnez: 168.39 mg;

piątek 2025-05-23Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Ser vege 30g , Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z brokuła 30g , Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Ser żółty 50g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.68 kcal; Białko ogółem: 74.71 g; Tłuszcz ogółem: 59.49 g; Węglowodany ogółem: 312.53 g; Kw. tł. nasycone: 16.19 g; Sól: 4.14 g; Sód: 1568.45 mg; Błonnik: 23.24 g; W tym cukry: 68.59 g; WW: 31.59 Por; Potas: 2954.13 mg; Wapń: 579.63 mg; Fosfor: 729.13 mg; Żelazo: 8.51 mg; Magnez: 185.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kottlet schabowy smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2953.89 kcal; Białko ogółem: 102.75 g; Tłuszcz ogółem: 78.39 g; Węglowodany ogółem: 376.53 g; Kw. tł. nasycone: 18.88 g; Sól: 9.04 g; Sód: 2552.38 mg; Błonnik: 35.86 g; W tym cukry: 88.44 g; WW: 37.89 Por; Potas: 3566.23 mg; Wapń: 912.69 mg; Fosfor: 1294.47 mg; Żelazo: 12.22 mg; Magnez: 353.39 mg;

sobota 2025-05-24 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salátka 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 kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Salátka z brązowym ryżem z ogórkiem i kukurydzą 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.31 kcal; Białko ogółem: 88.37 g; Tłuszcz ogółem: 57.46 g; Węglowodany ogółem: 271.58 g; Kw. tł. nasycone: 16.39 g; Sól: 8.66 g; Sód: 2489.82 mg; Błonnik: 35.25 g; W tym cukry: 33.91 g; WW: 27.39 Por; Potas: 3813.22 mg; Wapń: 912.60 mg; Fosfor: 1456.01 mg; Żelazo: 13.60 mg; Magnez: 413.90 mg;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2571.77 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Tłuszcz ogółem: 57.48 g; Węglowodany ogółem: 386.91 g; Kw. tł. nasycone: 14.14 g; Sól: 6.47 g; Sód: 1974.54 mg; Błonnik: 23.41 g; W tym cukry: 71.52 g; WW: 39.11 Por; Potas: 3755.59 mg; Wapń: 654.80 mg; Fosfor: 1158.09 mg; Żelazo: 12.40 mg; Magnez: 300.87 mg;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2479.59 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz ogółem: 56.68 g; Węglowodany ogółem: 376.36 g; Kw. tł. nasycone: 11.74 g; Sól: 6.44 g; Sód: 1965.41 mg; Błonnik: 23.39 g; W tym cukry: 70.84 g; WW: 38.02 Por; Potas: 3729.65 mg; Wapń: 634.71 mg; Fosfor: 1115.17 mg; Żelazo: 12.34 mg; Magnez: 298.73 mg;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2120.89 kcal; Białko ogółem: 54.49 g; Tłuszcz ogółem: 55.04 g; Węglowodany ogółem: 308.13 g; Kw. tł. nasycone: 10.34 g; Sól: 2.38 g; Sód: 340.61 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 55.49 g; WW: 31.03 Por; Potas: 3187.73 mg; Wapń: 257.70 mg; Fosfor: 651.83 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 171.01 mg;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: U. Płynna 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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Kcal: 2152.58 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz ogółem: 66.09 g; Węglowodany ogółem: 273.96 g; Kw. tł. nasycone: 21.33 g; Sól: 1.95 g; Sód: 684.01 mg; Błonnik: 18.38 g; W tym cukry: 72.96 g; WW: 27.71 Por; Potas: 4086.90 mg; Wapń: 654.06 mg; Fosfor: 1309.13 mg; Żelazo: 6.69 mg; Magnez: 268.34 mg;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem mix 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze (papka) 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki puree 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2379.31 kcal; Białko ogółem: 88.06 g; Tłuszcz ogółem: 48.12 g; Węglowodany ogółem: 362.96 g; Kw. tł. nasycone: 13.66 g; Sól: 3.29 g; Sód: 1256.82 mg; Błonnik: 28.49 g; W tym cukry: 62.86 g; WW: 36.71 Por; Potas: 3670.71 mg; Wapń: 603.78 mg; Fosfor: 1227.60 mg; Żelazo: 10.82 mg; Magnez: 267.35 mg;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 80g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2492.68 kcal; Białko ogółem: 94.10 g; Tłuszcz ogółem: 59.49 g; Węglowodany ogółem: 357.35 g; Kw. tł. nasycone: 13.28 g; Sól: 5.10 g; Sód: 1246.91 mg; Błonnik: 23.46 g; W tym cukry: 71.80 g; WW: 36.03 Por; Potas: 3977.49 mg; Wapń: 636.41 mg; Fosfor: 1204.88 mg; Żelazo: 11.50 mg; Magnez: 261.25 mg;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2372.43 kcal; Białko ogółem: 81.95 g; Tłuszcz ogółem: 56.93 g; Węglowodany ogółem: 343.24 g; Kw. tł. nasycone: 11.98 g; Sól: 4.57 g; Sód: 1214.52 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 65.26 g; WW: 34.59 Por; Potas: 3402.77 mg; Wapń: 532.45 mg; Fosfor: 1059.65 mg; Żelazo: 9.92 mg; Magnez: 229.97 mg;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 90g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2362.25 kcal; Białko ogółem: 75.99 g; Tłuszcz ogółem: 64.79 g; Węglowodany ogółem: 325.52 g; Kw. tł. nasycone: 13.96 g; Sól: 2.12 g; Sód: 464.13 mg; Błonnik: 25.23 g; W tym cukry: 67.71 g; WW: 32.73 Por; Potas: 3724.60 mg; Wapń: 559.94 mg; Fosfor: 970.88 mg; Żelazo: 8.93 mg; Magnez: 210.38 mg;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>),
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata maslowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2477.46 kcal; Białko ogółem: 72.07 g; Tłuszcz ogółem: 79.67 g; Węglowodany ogółem: 380.60 g; Kw. tł. nasycone: 13.84 g; Sól: 5.31 g; Sód: 1206.60 mg; Błonnik: 24.17 g; W tym cukry: 101.67 g; WW: 38.46 Por; Potas: 3965.45 mg; Wapń: 242.49 mg; Fosfor: 773.98 mg; Żelazo: 11.28 mg; Magnez: 271.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2548.30 kcal; Białko ogółem: 71.33 g; Tłuszcz ogółem: 75.23 g; Węglowodany ogółem: 355.51 g; Kw. tł. nasycone: 25.80 g; Sól: 6.79 g; Sód: 2494.42 mg; Błonnik: 36.42 g; W tym cukry: 71.18 g; WW: 35.73 Por; Potas: 3788.09 mg; Wapń: 926.51 mg; Fosfor: 1324.65 mg; Żelazo: 12.16 mg; Magnez: 346.34 mg;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Herbata z cukrem 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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1822.95 kcal; Białko ogółem: 90.90 g; Tłuszcz ogółem: 45.42 g; Węglowodany ogółem: 272.85 g; Kw. tł. nasycone: 3.86 g; Sól: 1.40 g; Sód: 555.52 mg; Błonnik: 18.72 g; W tym cukry: 76.34 g; WW: 27.58 Por; Potas: 3920.02 mg; Wapń: 161.88 mg; Fosfor: 1136.30 mg; Żelazo: 6.70 mg; Magnez: 250.34 mg;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2490.76 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz ogółem: 59.61 g; Węglowodany ogółem: 360.48 g; Kw. tł. nasycone: 14.75 g; Sól: 4.66 g; Sód: 1246.02 mg; Błonnik: 23.31 g; W tym cukry: 70.32 g; WW: 36.35 Por; Potas: 4027.21 mg; Wapń: 596.88 mg; Fosfor: 1162.10 mg; Żelazo: 11.66 mg; Magnez: 261.77 mg;

sobota 2025-05-24 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2419.41 kcal; Białko ogółem: 84.03 g; Tłuszcz ogółem: 56.44 g; Węglowodany ogółem: 364.26 g; Kw. tł. nasycone: 13.41 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1228.65 mg; Błonnik: 23.43 g; W tym cukry: 70.33 g; WW: 36.73 Por; Potas: 3925.61 mg; Wapń: 596.23 mg; Fosfor: 1119.05 mg; Żelazo: 11.38 mg; Magnez: 256.97 mg;

sobota 2025-05-24 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 90g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 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>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sałatka z brązowym ryżem z ogórkiem i kukurydzą 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2025.38 kcal; Białko ogółem: 86.84 g; Tłuszcz ogółem: 49.58 g; Węglowodany ogółem: 273.15 g; Kw. tł. nasycone: 11.80 g; Sól: 5.98 g; Sód: 1416.04 mg; Błonnik: 31.27 g; W tym cukry: 36.35 g; WW: 27.60 Por; Potas: 3901.45 mg; Wapń: 603.65 mg; Fosfor: 1258.14 mg; Żelazo: 13.27 mg; Magnez: 334.62 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-05-24		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 90g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2022.20 kcal; Białko ogółem: 61.06 g; Tłuszcz ogółem: 76.51 g; Węglowodany ogółem: 278.55 g; Kw. tł. nasycone: 13.67 g; Sól: 2.51 g; Sód: 322.26 mg; Błonnik: 24.36 g; W tym cukry: 53.25 g; WW: 28.03 Por; Potas: 3253.17 mg; Wapń: 192.25 mg; Fosfor: 605.60 mg; Żelazo: 8.26 mg; Magnez: 169.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Sos własny 80ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 150g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Marchew surowa w słupkach 100g , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2607.64 kcal; Białko ogółem: 81.22 g; Tłuszcz ogółem: 75.26 g; Węglowodany ogółem: 338.80 g; Kw. tł. nasycone: 26.36 g; Sól: 6.77 g; Sód: 2306.78 mg; Błonnik: 38.77 g; W tym cukry: 98.06 g; WW: 34.04 Por; Potas: 3404.84 mg; Wapń: 713.69 mg; Fosfor: 1235.82 mg; Żelazo: 9.85 mg; Magnez: 288.84 mg;

niedziela 2025-05-25 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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pomidorowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>MCK</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Sos własny 80ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 150g (<i>SEL</i> , <i>S02</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>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Marchew surowa w słupkach 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.64 kcal; Białko ogółem: 84.84 g; Tłuszcz ogółem: 72.97 g; Węglowodany ogółem: 263.22 g; Kw. tł. nasycone: 24.12 g; Sól: 6.83 g; Sód: 2252.38 mg; Błonnik: 38.63 g; W tym cukry: 45.37 g; WW: 26.47 Por; Potas: 3854.14 mg; Wapń: 853.42 mg; Fosfor: 1431.16 mg; Żelazo: 11.33 mg; Magnez: 345.44 mg;

niedziela 2025-05-25 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>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Sos własny 80ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2379.74 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz ogółem: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 301.91 g; Kw. tł. nasycone: 27.97 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1401.61 mg; Błonnik: 22.69 g; W tym cukry: 68.63 g; WW: 30.39 Por; Potas: 2855.45 mg; Wapń: 473.60 mg; Fosfor: 884.21 mg; Żelazo: 6.72 mg; Magnez: 186.03 mg;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 80ml (<i>GLU</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2292.27 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz ogółem: 71.40 g; Węglowodany ogółem: 309.93 g; Kw. tł. nasycone: 23.10 g; Sól: 3.69 g; Sód: 1362.01 mg; Błonnik: 22.69 g; W tym cukry: 68.24 g; WW: 31.18 Por; Potas: 2848.85 mg; Wapń: 468.10 mg; Fosfor: 871.91 mg; Żelazo: 6.70 mg; Magnez: 185.23 mg;

niedziela 2025-05-25 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</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Udko duszone 80g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 80ml (<i>GLU</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2011.06 kcal; Białko ogółem: 42.03 g; Tłuszcz ogółem: 66.24 g; Węglowodany ogółem: 259.47 g; Kw. tł. nasycone: 19.44 g; Sól: 1.37 g; Sód: 447.33 mg; Błonnik: 26.12 g; W tym cukry: 43.88 g; WW: 26.05 Por; Potas: 2264.89 mg; Wapń: 135.88 mg; Fosfor: 461.87 mg; Żelazo: 4.21 mg; Magnez: 117.02 mg;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 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: 2500.19 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; Tłuszcz ogółem: 74.26 g; Węglowodany ogółem: 293.28 g; Kw. tł. nasycone: 24.71 g; Sól: 1.87 g; Sód: 586.78 mg; Błonnik: 18.72 g; W tym cukry: 101.86 g; WW: 29.66 Por; Potas: 4250.23 mg; Wapń: 924.21 mg; Fosfor: 1494.03 mg; Żelazo: 6.70 mg; Magnez: 290.96 mg;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem (papką) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papką) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 80ml (<i>GLU</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2215.27 kcal; Białko ogółem: 73.18 g; Tłuszcz ogółem: 65.53 g; Węglowodany ogółem: 293.43 g; Kw. tł. nasycone: 24.76 g; Sól: 3.49 g; Sód: 1277.87 mg; Błonnik: 20.82 g; W tym cukry: 59.84 g; WW: 29.64 Por; Potas: 2573.19 mg; Wapń: 475.30 mg; Fosfor: 845.59 mg; Żelazo: 7.02 mg; Magnez: 183.80 mg;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 100g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 80ml (<i>GLU</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2489.74 kcal; Białko ogółem: 79.65 g; Tłuszcz ogółem: 89.76 g; Węglowodany ogółem: 293.14 g; Kw. tł. nasycone: 32.33 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1482.31 mg; Błonnik: 22.87 g; W tym cukry: 69.48 g; WW: 29.45 Por; Potas: 2914.96 mg; Wapń: 485.90 mg; Fosfor: 911.99 mg; Żelazo: 6.81 mg; Magnez: 189.14 mg;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 80ml (<i>GLU</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2227.04 kcal; Białko ogółem: 68.36 g; Tłuszcz ogółem: 66.30 g; Węglowodany ogółem: 289.01 g; Kw. tł. nasycone: 24.85 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1297.32 mg; Błonnik: 18.06 g; W tym cukry: 62.37 g; WW: 29.08 Por; Potas: 2451.34 mg; Wapń: 431.91 mg; Fosfor: 802.53 mg; Żelazo: 5.93 mg; Magnez: 166.70 mg;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/glutenu 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2011.86 kcal; Białko ogółem: 44.34 g; Tłuszcz ogółem: 69.01 g; Węglowodany ogółem: 256.89 g; Kw. tł. nasycone: 26.43 g; Sól: 1.48 g; Sód: 473.26 mg; Błonnik: 22.01 g; W tym cukry: 42.47 g; WW: 25.79 Por; Potas: 2605.33 mg; Wapń: 180.58 mg; Fosfor: 545.83 mg; Żelazo: 4.78 mg; Magnez: 136.22 mg;

niedziela 2025-05-25 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Sos własny 80ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2077.32 kcal; Białko ogółem: 64.73 g; Tłuszcz ogółem: 74.60 g; Węglowodany ogółem: 306.19 g; Kw. tł. nasycone: 13.12 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1171.77 mg; Błonnik: 24.47 g; W tym cukry: 58.28 g; WW: 30.84 Por; Potas: 2735.09 mg; Wapń: 170.54 mg; Fosfor: 644.99 mg; Żelazo: 7.33 mg; Magnez: 171.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-05-25			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 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>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2165.07 kcal; Białko ogółem: 63.98 g; Tłuszcz ogółem: 62.49 g; Węglowodany ogółem: 296.44 g; Kw. tł. nasycone: 20.94 g; Sól: 5.25 g; Sód: 1446.93 mg; Błonnik: 34.90 g; W tym cukry: 76.70 g; WW: 29.74 Por; Potas: 3075.70 mg; Wapń: 501.78 mg; Fosfor: 845.88 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 228.00 mg;

niedziela 2025-05-25			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 ,
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: 2330.29 kcal; Białko ogółem: 111.04 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 364.22 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.06 g; Sód: 420.59 mg; Błonnik: 24.32 g; W tym cukry: 75.80 g; WW: 36.74 Por; Potas: 4489.10 mg; Wapń: 191.09 mg; Fosfor: 1384.92 mg; Żelazo: 8.16 mg; Magnez: 296.08 mg;

niedziela 2025-05-25			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 80ml (<i>GLU</i>),
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2355.10 kcal; Białko ogółem: 73.36 g; Tłuszcz ogółem: 74.20 g; Węglowodany ogółem: 300.67 g; Kw. tł. nasycone: 26.00 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1362.46 mg; Błonnik: 22.82 g; W tym cukry: 68.71 g; WW: 30.24 Por; Potas: 2887.73 mg; Wapń: 467.80 mg; Fosfor: 874.16 mg; Żelazo: 6.69 mg; Magnez: 186.25 mg;

niedziela 2025-05-25			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 80ml (<i>GLU</i>),
			Herbata z cukrem 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 , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2207.13 kcal; Białko ogółem: 69.11 g; Tłuszcz ogółem: 67.23 g; Węglowodany ogółem: 300.26 g; Kw. tł. nasycone: 22.20 g; Sól: 3.59 g; Sód: 1323.71 mg; Błonnik: 22.85 g; W tym cukry: 68.51 g; WW: 30.22 Por; Potas: 2885.09 mg; Wapń: 462.94 mg; Fosfor: 862.37 mg; Żelazo: 6.70 mg; Magnez: 185.59 mg;

niedziela 2025-05-25			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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa pomidorowa z brazowym makaronem 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, MCK</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml , Sos własny 80ml (<i>GLU</i>),
			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>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Marchew w słupkach surowa 100g , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.01 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz ogółem: 68.49 g; Węglowodany ogółem: 262.30 g; Kw. tł. nasycone: 21.45 g; Sól: 5.40 g; Sód: 1675.94 mg; Błonnik: 36.22 g; W tym cukry: 46.37 g; WW: 26.46 Por; Potas: 3969.24 mg; Wapń: 672.84 mg; Fosfor: 1298.52 mg; Żelazo: 11.11 mg; Magnez: 341.71 mg;

niedziela 2025-05-25			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem b/glutenu i b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyunka delikatesowa drobiowa 40g , Salata masłowa 20g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1723.21 kcal; Białko ogółem: 38.66 g; Tłuszcz ogółem: 68.17 g; Węglowodany ogółem: 243.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 1.72 g; Sód: 287.70 mg; Błonnik: 23.25 g; W tym cukry: 42.03 g; WW: 24.44 Por; Potas: 2638.26 mg; Wapń: 143.05 mg; Fosfor: 482.37 mg; Żelazo: 4.90 mg; Magnez: 135.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-26 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , 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 , Ogórek kiszony 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>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2612.58 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz ogółem: 61.75 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; Kw. tł. nasycone: 17.47 g; Sól: 7.09 g; Sód: 2306.14 mg; Błonnik: 36.97 g; W tym cukry: 82.31 g; WW: 35.19 Por; Potas: 4458.87 mg; Wapń: 765.81 mg; Fosfor: 1840.71 mg; Żelazo: 30.83 mg; Magnez: 381.56 mg;

poniedziałek 2025-05-26 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>), Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , 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 , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2034.45 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz ogółem: 55.74 g; Węglowodany ogółem: 252.04 g; Kw. tł. nasycone: 12.79 g; Sól: 7.53 g; Sód: 2255.34 mg; Błonnik: 35.59 g; W tym cukry: 45.15 g; WW: 25.41 Por; Potas: 4170.27 mg; Wapń: 546.31 mg; Fosfor: 1691.21 mg; Żelazo: 31.10 mg; Magnez: 382.46 mg;

poniedziałek 2025-05-26 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.38 kcal; Białko ogółem: 89.40 g; Tłuszcz ogółem: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 342.18 g; Kw. tł. nasycone: 11.96 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1205.21 mg; Błonnik: 23.41 g; W tym cukry: 54.74 g; WW: 34.58 Por; Potas: 3712.37 mg; Wapń: 683.67 mg; Fosfor: 1106.29 mg; Żelazo: 8.29 mg; Magnez: 253.14 mg;

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
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>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2044.98 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz ogółem: 33.30 g; Węglowodany ogółem: 332.40 g; Kw. tł. nasycone: 9.81 g; Sól: 4.11 g; Sód: 1205.21 mg; Błonnik: 23.41 g; W tym cukry: 54.74 g; WW: 33.58 Por; Potas: 3712.37 mg; Wapń: 683.67 mg; Fosfor: 1106.29 mg; Żelazo: 8.29 mg; Magnez: 253.14 mg;

poniedziałek 2025-05-26 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salatką z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartą gruszką 250ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1661.81 kcal; Białko ogółem: 56.04 g; Tłuszcz ogółem: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 244.14 g; Kw. tł. nasycone: 7.79 g; Sól: 1.62 g; Sód: 214.88 mg; Błonnik: 23.28 g; W tym cukry: 30.74 g; WW: 24.64 Por; Potas: 2878.23 mg; Wapń: 146.11 mg; Fosfor: 578.55 mg; Żelazo: 5.54 mg; Magnez: 157.38 mg;

poniedziałek 2025-05-26 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: Budyń waniliowy 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 200g (<i>GLU, MLE</i>),
--	--	--

Wartości odżywcze: Kcal: 2977.59 kcal; Białko ogółem: 119.95 g; Tłuszcz ogółem: 81.31 g; Węglowodany ogółem: 453.73 g; Kw. tł. nasycone: 28.99 g; Sól: 1.85 g; Sód: 708.36 mg; Błonnik: 21.68 g; W tym cukry: 97.90 g; WW: 45.81 Por; Potas: 4795.25 mg; Wapń: 1036.41 mg; Fosfor: 1740.53 mg; Żelazo: 8.81 mg; Magnez: 365.66 mg;

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
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 drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) mix 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2406.64 kcal; Białko ogółem: 97.98 g; Tłuszcz ogółem: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 389.21 g; Kw. tł. nasycone: 13.70 g; Sól: 3.29 g; Sód: 1248.82 mg; Błonnik: 25.23 g; W tym cukry: 49.22 g; WW: 39.36 Por; Potas: 4013.18 mg; Wapń: 797.95 mg; Fosfor: 1390.28 mg; Żelazo: 9.77 mg; Magnez: 285.60 mg;

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
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>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2441.51 kcal; Białko ogółem: 107.85 g; Tłuszcz ogółem: 63.18 g; Węglowodany ogółem: 329.33 g; Kw. tł. nasycone: 27.34 g; Sól: 4.65 g; Sód: 1417.48 mg; Błonnik: 21.42 g; W tym cukry: 53.21 g; WW: 33.24 Por; Potas: 3790.73 mg; Wapń: 748.81 mg; Fosfor: 1306.20 mg; Żelazo: 8.61 mg; Magnez: 255.78 mg;

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 50g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2077.50 kcal; Białko ogółem: 88.25 g; Tłuszcz ogółem: 35.32 g; Węglowodany ogółem: 319.18 g; Kw. tł. nasycone: 10.41 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1137.87 mg; Błonnik: 18.57 g; W tym cukry: 47.39 g; WW: 32.21 Por; Potas: 3414.60 mg; Wapń: 630.61 mg; Fosfor: 1063.01 mg; Żelazo: 7.54 mg; Magnez: 231.67 mg;

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone z cynamonem 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.92 kcal; Białko ogółem: 84.53 g; Tłuszcz ogółem: 60.99 g; Węglowodany ogółem: 286.16 g; Kw. tł. nasycone: 13.12 g; Sól: 2.08 g; Sód: 401.23 mg; Błonnik: 23.87 g; W tym cukry: 49.79 g; WW: 28.95 Por; Potas: 3485.53 mg; Wapń: 450.08 mg; Fosfor: 1217.43 mg; Żelazo: 25.55 mg; Magnez: 194.91 mg;

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z ciecierzycy 40g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 1szt ,	Posiłek nocny: Jabłko pieczone z cynamonem 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1928.05 kcal; Białko ogółem: 68.51 g; Tłuszcz ogółem: 55.55 g; Węglowodany ogółem: 308.75 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1096.48 mg; Błonnik: 25.67 g; W tym cukry: 51.50 g; WW: 31.18 Por; Potas: 3513.03 mg; Wapń: 170.62 mg; Fosfor: 753.80 mg; Żelazo: 8.97 mg; Magnez: 204.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-26			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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu z warzywami po chińsku (wege) 150g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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 , Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.15 kcal; Białko ogółem: 73.11 g; Tłuszcz ogółem: 42.38 g; Węglowodany ogółem: 324.45 g; Kw. tł. nasycone: 16.43 g; Sól: 7.05 g; Sód: 2223.69 mg; Błonnik: 31.19 g; W tym cukry: 56.12 g; WW: 32.66 Por; Potas: 3793.87 mg; Wapń: 1016.44 mg; Fosfor: 1260.11 mg; Żelazo: 9.34 mg; Magnez: 334.02 mg;

poniedziałek 2025-05-26			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 ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,			Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,
			Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2607.30 kcal; Białko ogółem: 126.45 g; Tłuszcz ogółem: 58.77 g; Węglowodany ogółem: 407.62 g; Kw. tł. nasycone: 7.13 g; Sól: 1.29 g; Sód: 512.54 mg; Błonnik: 26.76 g; W tym cukry: 57.92 g; WW: 41.12 Por; Potas: 4884.10 mg; Wapń: 441.04 mg; Fosfor: 1639.72 mg; Żelazo: 9.17 mg; Magnez: 336.58 mg;

poniedziałek 2025-05-26			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa krem z kalafiora b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki b/soli 200g , 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 b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2392.82 kcal; Białko ogółem: 107.85 g; Tłuszcz ogółem: 56.85 g; Węglowodany ogółem: 328.80 g; Kw. tł. nasycone: 15.87 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1225.06 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 53.28 g; WW: 33.32 Por; Potas: 3854.03 mg; Wapń: 666.38 mg; Fosfor: 1519.03 mg; Żelazo: 27.96 mg; Magnez: 254.70 mg;

poniedziałek 2025-05-26			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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2078.63 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz ogółem: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 326.54 g; Kw. tł. nasycone: 11.67 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1153.48 mg; Błonnik: 21.42 g; W tym cukry: 50.03 g; WW: 32.98 Por; Potas: 3683.33 mg; Wapń: 659.41 mg; Fosfor: 1096.20 mg; Żelazo: 8.37 mg; Magnez: 245.58 mg;

poniedziałek 2025-05-26			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 krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1824.21 kcal; Białko ogółem: 87.63 g; Tłuszcz ogółem: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 255.46 g; Kw. tł. nasycone: 9.21 g; Sól: 5.14 g; Sód: 1352.08 mg; Błonnik: 34.19 g; W tym cukry: 43.04 g; WW: 25.83 Por; Potas: 4116.13 mg; Wapń: 528.61 mg; Fosfor: 1253.40 mg; Żelazo: 11.52 mg; Magnez: 344.88 mg;

poniedziałek 2025-05-26			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa krem z kalafiora b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , 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 ,
			Posiłek nocny: Jabłko pieczone z cynamonem 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1784.51 kcal; Białko ogółem: 68.03 g; Tłuszcz ogółem: 73.25 g; Węglowodany ogółem: 225.69 g; Kw. tł. nasycone: 13.20 g; Sól: 2.62 g; Sód: 280.33 mg; Błonnik: 23.87 g; W tym cukry: 36.58 g; WW: 22.91 Por; Potas: 3104.83 mg; Wapń: 128.08 mg; Fosfor: 984.03 mg; Żelazo: 25.28 mg; Magnez: 162.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-05-27 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kapusta pekińska 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>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2364.80 kcal; Białko ogółem: 88.34 g; Tłuszcz ogółem: 57.44 g; Węglowodany ogółem: 319.31 g; Kw. tł. nasycone: 18.05 g; Sól: 7.25 g; Sód: 2431.01 mg; Błonnik: 34.89 g; W tym cukry: 75.26 g; WW: 32.06 Por; Potas: 2756.44 mg; Wapń: 852.88 mg; Fosfor: 1510.51 mg; Żelazo: 10.04 mg; Magnez: 287.14 mg;

wtorek 2025-05-27 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>), Pomidor 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , 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>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2029.51 kcal; Białko ogółem: 86.39 g; Tłuszcz ogółem: 57.30 g; Węglowodany ogółem: 259.83 g; Kw. tł. nasycone: 15.92 g; Sól: 7.30 g; Sód: 2483.23 mg; Błonnik: 35.83 g; W tym cukry: 47.63 g; WW: 26.09 Por; Potas: 2706.99 mg; Wapń: 845.99 mg; Fosfor: 1493.62 mg; Żelazo: 10.37 mg; Magnez: 312.26 mg;

wtorek 2025-05-27 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</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>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2228.50 kcal; Białko ogółem: 82.04 g; Tłuszcz ogółem: 46.76 g; Węglowodany ogółem: 330.43 g; Kw. tł. nasycone: 12.42 g; Sól: 4.25 g; Sód: 1197.75 mg; Błonnik: 21.72 g; W tym cukry: 47.23 g; WW: 33.32 Por; Potas: 3259.26 mg; Wapń: 570.23 mg; Fosfor: 1187.15 mg; Żelazo: 8.82 mg; Magnez: 237.59 mg;

wtorek 2025-05-27 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</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>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2019.62 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz ogółem: 45.55 g; Węglowodany ogółem: 300.10 g; Kw. tł. nasycone: 9.74 g; Sól: 4.22 g; Sód: 1188.62 mg; Błonnik: 21.71 g; W tym cukry: 46.55 g; WW: 30.23 Por; Potas: 3233.32 mg; Wapń: 550.14 mg; Fosfor: 1144.23 mg; Żelazo: 8.76 mg; Magnez: 235.46 mg;

wtorek 2025-05-27 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</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>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1826.06 kcal; Białko ogółem: 52.03 g; Tłuszcz ogółem: 47.04 g; Węglowodany ogółem: 254.04 g; Kw. tł. nasycone: 9.26 g; Sól: 1.82 g; Sód: 316.02 mg; Błonnik: 24.67 g; W tym cukry: 31.77 g; WW: 25.56 Por; Potas: 2617.97 mg; Wapń: 216.64 mg; Fosfor: 733.98 mg; Żelazo: 6.03 mg; Magnez: 164.91 mg;

wtorek 2025-05-27 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem 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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Budyń waniliowy 200ml (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2196.97 kcal; Białko ogółem: 108.52 g; Tłuszcz ogółem: 64.90 g; Węglowodany ogółem: 274.37 g; Kw. tł. nasycone: 19.61 g; Sól: 1.86 g; Sód: 650.16 mg; Błonnik: 16.27 g; W tym cukry: 83.08 g; WW: 27.77 Por; Potas: 4275.60 mg; Wapń: 1090.21 mg; Fosfor: 1603.03 mg; Żelazo: 6.29 mg; Magnez: 301.34 mg;

wtorek 2025-05-27Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami mix 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem mix 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), Dynia gotowana (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Budyń waniliowy 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2123.03 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz ogółem: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 316.79 g; Kw. tł. nasycone: 13.59 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1283.47 mg; Błonnik: 25.72 g; W tym cukry: 60.45 g; WW: 32.05 Por; Potas: 3497.65 mg; Wapń: 830.07 mg; Fosfor: 1402.17 mg; Żelazo: 9.77 mg; Magnez: 272.68 mg;

wtorek 2025-05-27Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Polędwica ani drobiowa 50g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Sos pieczarkowy 70ml (GLU, MLE), Kapusta pekińska 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), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2221.98 kcal; Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz ogółem: 52.23 g; Węglowodany ogółem: 301.38 g; Kw. tł. nasycone: 12.97 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1216.72 mg; Błonnik: 21.99 g; W tym cukry: 47.29 g; WW: 30.38 Por; Potas: 3267.32 mg; Wapń: 614.30 mg; Fosfor: 1323.17 mg; Żelazo: 8.95 mg; Magnez: 239.10 mg;

wtorek 2025-05-27Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Dynia gotowana 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1960.90 kcal; Białko ogółem: 75.00 g; Tłuszcz ogółem: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 296.04 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 3.84 g; Sód: 1122.32 mg; Błonnik: 17.74 g; W tym cukry: 41.10 g; WW: 29.84 Por; Potas: 2757.98 mg; Wapń: 489.84 mg; Fosfor: 1074.39 mg; Żelazo: 7.71 mg; Magnez: 211.17 mg;

wtorek 2025-05-27Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Sos pomidorowy b/mąki 70ml , Kapusta pekińska 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 40g (MLE), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.24 kcal; Białko ogółem: 62.40 g; Tłuszcz ogółem: 51.78 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 2.16 g; Sód: 451.57 mg; Błonnik: 23.02 g; W tym cukry: 44.64 g; WW: 28.30 Por; Potas: 2921.26 mg; Wapń: 512.30 mg; Fosfor: 952.29 mg; Żelazo: 5.89 mg; Magnez: 179.44 mg;

wtorek 2025-05-27Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Dynia gotowana 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2125.27 kcal; Białko ogółem: 71.67 g; Tłuszcz ogółem: 78.56 g; Węglowodany ogółem: 300.22 g; Kw. tł. nasycone: 12.41 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1217.55 mg; Błonnik: 21.68 g; W tym cukry: 33.57 g; WW: 30.33 Por; Potas: 3002.98 mg; Wapń: 225.43 mg; Fosfor: 908.50 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 216.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-05-27 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
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 b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i cieciorą (wege) 250g (<i>GLU</i>), Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kapusta pekińska 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>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1839.26 kcal; Białko ogółem: 53.74 g; Tłuszcz ogółem: 39.50 g; Węglowodany ogółem: 273.66 g; Kw. tł. nasycone: 10.52 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1514.24 mg; Błonnik: 29.49 g; W tym cukry: 48.25 g; WW: 27.50 Por; Potas: 2710.39 mg; Wapń: 495.53 mg; Fosfor: 1014.55 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 240.33 mg;

wtorek 2025-05-27 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: Budyn 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;

wtorek 2025-05-27 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>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</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>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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 b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2046.80 kcal; Białko ogółem: 75.95 g; Tłuszcz ogółem: 41.87 g; Węglowodany ogółem: 301.86 g; Kw. tł. nasycone: 11.53 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1183.70 mg; Błonnik: 21.16 g; W tym cukry: 44.55 g; WW: 30.42 Por; Potas: 3073.72 mg; Wapń: 541.10 mg; Fosfor: 1127.43 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 226.98 mg;

wtorek 2025-05-27 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. 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>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</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>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2041.56 kcal; Białko ogółem: 77.41 g; Tłuszcz ogółem: 44.87 g; Węglowodany ogółem: 309.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 4.00 g; Sód: 1188.62 mg; Błonnik: 21.71 g; W tym cukry: 46.49 g; WW: 31.17 Por; Potas: 3233.32 mg; Wapń: 550.14 mg; Fosfor: 1144.23 mg; Żelazo: 8.76 mg; Magnez: 235.46 mg;

wtorek 2025-05-27 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</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>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , 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 60g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopočka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2082.51 kcal; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz ogółem: 54.40 g; Węglowodany ogółem: 276.68 g; Kw. tł. nasycone: 11.35 g; Sól: 6.00 g; Sód: 1478.39 mg; Błonnik: 36.44 g; W tym cukry: 46.90 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3789.09 mg; Wapń: 612.75 mg; Fosfor: 1443.55 mg; Żelazo: 12.17 mg; Magnez: 352.31 mg;

wtorek 2025-05-27 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Miód szukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Sos pomidorowy b/mąki 70ml , Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Dynia gotowana 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1871.77 kcal; Białko ogółem: 48.38 g; Tłuszcz ogółem: 74.02 g; Węglowodany ogółem: 264.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 2.58 g; Sód: 318.71 mg; Błonnik: 22.14 g; W tym cukry: 31.17 g; WW: 26.60 Por; Potas: 2478.03 mg; Wapń: 168.61 mg; Fosfor: 604.21 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 140.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-05-28 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>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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 makreli z twarogiem i zieleniną 40g (<i>RYB, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2551.41 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz ogółem: 79.62 g; Węglowodany ogółem: 318.42 g; Kw. tł. nasycone: 26.33 g; Sól: 8.62 g; Sód: 3083.46 mg; Błonnik: 35.41 g; W tym cukry: 67.94 g; WW: 32.02 Por; Potas: 3963.68 mg; Wapń: 646.19 mg; Fosfor: 1525.57 mg; Żelazo: 13.98 mg; Magnez: 400.91 mg;

środa 2025-05-28 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>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa warzywna z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 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 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 makreli z twarogiem i zieleniną 40g (<i>RYB, MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 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: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.31 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz ogółem: 71.06 g; Węglowodany ogółem: 260.25 g; Kw. tł. nasycone: 23.56 g; Sól: 8.61 g; Sód: 3114.01 mg; Błonnik: 36.15 g; W tym cukry: 36.23 g; WW: 26.23 Por; Potas: 3852.88 mg; Wapń: 632.84 mg; Fosfor: 1499.32 mg; Żelazo: 13.50 mg; Magnez: 423.31 mg;

środa 2025-05-28 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>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2300.32 kcal; Białko ogółem: 85.28 g; Tłuszcz ogółem: 59.15 g; Węglowodany ogółem: 326.08 g; Kw. tł. nasycone: 21.19 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1407.90 mg; Błonnik: 24.69 g; W tym cukry: 61.47 g; WW: 32.93 Por; Potas: 3709.08 mg; Wapń: 593.47 mg; Fosfor: 1130.48 mg; Żelazo: 11.98 mg; Magnez: 279.51 mg;

środa 2025-05-28 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
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 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2187.05 kcal; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz ogółem: 58.71 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; Kw. tł. nasycone: 19.01 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1407.90 mg; Błonnik: 24.69 g; W tym cukry: 61.47 g; WW: 31.03 Por; Potas: 3709.08 mg; Wapń: 593.47 mg; Fosfor: 1130.48 mg; Żelazo: 11.98 mg; Magnez: 279.51 mg;

środa 2025-05-28 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>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Rukola 20g , 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>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1818.74 kcal; Białko ogółem: 49.97 g; Tłuszcz ogółem: 42.92 g; Węglowodany ogółem: 264.30 g; Kw. tł. nasycone: 8.02 g; Sól: 2.04 g; Sód: 376.45 mg; Błonnik: 25.98 g; W tym cukry: 45.32 g; WW: 26.67 Por; Potas: 2946.73 mg; Wapń: 217.77 mg; Fosfor: 562.53 mg; Żelazo: 7.95 mg; Magnez: 163.36 mg;

środa 2025-05-28 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>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,
---	---	--

Wartości odżywcze: Kcal: 2089.15 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz ogółem: 59.09 g; Węglowodany ogółem: 300.28 g; Kw. tł. nasycone: 17.25 g; Sól: 1.51 g; Sód: 561.01 mg; Błonnik: 16.47 g; W tym cukry: 100.92 g; WW: 30.34 Por; Potas: 4067.35 mg; Wapń: 855.36 mg; Fosfor: 1422.43 mg; Żelazo: 6.37 mg; Magnez: 281.09 mg;

środa 2025-05-28 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 twarogiem 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Buraczki gotowane (papka) 100g ,	Zupa warzywna z ryżem mix 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze (papka) 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), 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 ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.06 kcal; Białko ogółem: 78.87 g; Tłuszcz ogółem: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 312.37 g; Kw. tł. nasycone: 10.63 g; Sól: 3.84 g; Sód: 1186.11 mg; Błonnik: 26.08 g; W tym cukry: 54.22 g; WW: 31.59 Por; Potas: 3582.32 mg; Wapń: 586.11 mg; Fosfor: 1117.84 mg; Żelazo: 11.46 mg; Magnez: 278.46 mg;

środa 2025-05-28 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
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>), Pasta twarogowa z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 50g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Rukola 20g , Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 80g (<i>RYB, SEL</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2285.79 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 50.54 g; Węglowodany ogółem: 314.93 g; Kw. tł. nasycone: 12.63 g; Sól: 5.49 g; Sód: 1298.92 mg; Błonnik: 25.25 g; W tym cukry: 64.84 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3860.17 mg; Wapń: 659.69 mg; Fosfor: 1292.41 mg; Żelazo: 12.16 mg; Magnez: 288.13 mg;

środa 2025-05-28 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Buraczki gotowane 50g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<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>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.15 kcal; Białko ogółem: 75.63 g; Tłuszcz ogółem: 43.76 g; Węglowodany ogółem: 291.60 g; Kw. tł. nasycone: 9.19 g; Sól: 4.00 g; Sód: 1161.51 mg; Błonnik: 19.24 g; W tym cukry: 52.16 g; WW: 29.40 Por; Potas: 3210.73 mg; Wapń: 515.04 mg; Fosfor: 1009.04 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 251.12 mg;

środa 2025-05-28 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>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Rukola 20g , 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>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1839.67 kcal; Białko ogółem: 57.77 g; Tłuszcz ogółem: 44.79 g; Węglowodany ogółem: 256.96 g; Kw. tł. nasycone: 9.17 g; Sól: 2.20 g; Sód: 433.94 mg; Błonnik: 25.18 g; W tym cukry: 55.58 g; WW: 25.92 Por; Potas: 3112.63 mg; Wapń: 505.08 mg; Fosfor: 739.63 mg; Żelazo: 7.55 mg; Magnez: 179.74 mg;

środa 2025-05-28 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Buraczki gotowane 100g ,	Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>),
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 40g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2089.89 kcal; Białko ogółem: 69.24 g; Tłuszcz ogółem: 67.77 g; Węglowodany ogółem: 313.89 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1255.75 mg; Błonnik: 25.86 g; W tym cukry: 47.40 g; WW: 31.70 Por; Potas: 3301.33 mg; Wapń: 239.27 mg; Fosfor: 809.93 mg; Żelazo: 11.42 mg; Magnez: 232.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-05-28 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 kiszony 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet jajeczny smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Rukola 20g , 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 , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2045.19 kcal; Białko ogółem: 60.29 g; Tłuszcz ogółem: 56.91 g; Węglowodany ogółem: 282.06 g; Kw. tł. nasycone: 12.66 g; Sól: 5.34 g; Sód: 1911.16 mg; Błonnik: 32.55 g; W tym cukry: 54.25 g; WW: 28.36 Por; Potas: 3088.26 mg; Wapń: 568.43 mg; Fosfor: 1106.29 mg; Żelazo: 10.59 mg; Magnez: 323.06 mg;

środa 2025-05-28 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: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2205.68 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz ogółem: 53.47 g; Węglowodany ogółem: 333.20 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.06 g; Sód: 419.64 mg; Błonnik: 24.26 g; W tym cukry: 59.33 g; WW: 33.62 Por; Potas: 4486.30 mg; Wapń: 184.14 mg; Fosfor: 1374.72 mg; Żelazo: 8.07 mg; Magnez: 294.58 mg;

środa 2025-05-28 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Rukola 20g , Herbata b/c 250ml , 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>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2092.67 kcal; Białko ogółem: 77.04 g; Tłuszcz ogółem: 43.22 g; Węglowodany ogółem: 310.74 g; Kw. tł. nasycone: 10.93 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1220.91 mg; Błonnik: 24.06 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 31.38 Por; Potas: 3593.40 mg; Wapń: 561.77 mg; Fosfor: 1063.71 mg; Żelazo: 11.53 mg; Magnez: 269.78 mg;

środa 2025-05-28 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>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), 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>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2039.24 kcal; Białko ogółem: 76.66 g; Tłuszcz ogółem: 42.96 g; Węglowodany ogółem: 315.33 g; Kw. tł. nasycone: 10.43 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1248.70 mg; Błonnik: 24.41 g; W tym cukry: 60.28 g; WW: 31.85 Por; Potas: 3655.88 mg; Wapń: 566.67 mg; Fosfor: 1077.08 mg; Żelazo: 11.76 mg; Magnez: 274.51 mg;

środa 2025-05-28 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>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Buraczki gotowane 100g ,	Zupa warzywna z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata maslowa 10g , 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: 2025.33 kcal; Białko ogółem: 80.18 g; Tłuszcz ogółem: 57.09 g; Węglowodany ogółem: 265.07 g; Kw. tł. nasycone: 14.89 g; Sól: 6.14 g; Sód: 2126.24 mg; Błonnik: 35.89 g; W tym cukry: 41.40 g; WW: 26.83 Por; Potas: 4027.58 mg; Wapń: 619.73 mg; Fosfor: 1341.63 mg; Żelazo: 14.56 mg; Magnez: 390.59 mg;

środa 2025-05-28 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Buraczki gotowane 100g ,	Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , 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>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Rukola 20g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1628.30 kcal; Białko ogółem: 43.04 g; Tłuszcz ogółem: 62.44 g; Węglowodany ogółem: 229.26 g; Kw. tł. nasycone: 9.83 g; Sól: 1.71 g; Sód: 312.44 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 42.27 g; WW: 23.14 Por; Potas: 2731.93 mg; Wapń: 181.08 mg; Fosfor: 507.43 mg; Żelazo: 7.28 mg; Magnez: 147.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-29 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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2556.27 kcal; Białko ogółem: 92.02 g; Tłuszcz ogółem: 59.10 g; Węglowodany ogółem: 361.30 g; Kw. tł. nasycone: 25.20 g; Sól: 7.78 g; Sód: 2183.19 mg; Błonnik: 35.89 g; W tym cukry: 100.14 g; WW: 36.47 Por; Potas: 4675.97 mg; Wapń: 899.70 mg; Fosfor: 1472.58 mg; Żelazo: 12.71 mg; Magnez: 408.42 mg;

czwartek 2025-05-29 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>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 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>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2016.34 kcal; Białko ogółem: 87.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.15 g; Węglowodany ogółem: 264.60 g; Kw. tł. nasycone: 22.59 g; Sól: 7.41 g; Sód: 2112.24 mg; Błonnik: 36.10 g; W tym cukry: 39.45 g; WW: 26.64 Por; Potas: 3863.17 mg; Wapń: 889.76 mg; Fosfor: 1481.58 mg; Żelazo: 12.92 mg; Magnez: 355.21 mg;

czwartek 2025-05-29 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka 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 , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Banan 1/2 szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2325.53 kcal; Białko ogółem: 80.88 g; Tłuszcz ogółem: 50.01 g; Węglowodany ogółem: 350.39 g; Kw. tł. nasycone: 21.36 g; Sól: 5.24 g; Sód: 1225.72 mg; Błonnik: 22.93 g; W tym cukry: 66.07 g; WW: 35.39 Por; Potas: 4176.55 mg; Wapń: 538.38 mg; Fosfor: 1046.59 mg; Żelazo: 10.19 mg; Magnez: 284.27 mg;

czwartek 2025-05-29 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Banan 1/2 szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2205.83 kcal; Białko ogółem: 79.26 g; Tłuszcz ogółem: 49.26 g; Węglowodany ogółem: 340.30 g; Kw. tł. nasycone: 19.21 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1225.72 mg; Błonnik: 22.93 g; W tym cukry: 65.94 g; WW: 34.35 Por; Potas: 4176.55 mg; Wapń: 538.38 mg; Fosfor: 1046.59 mg; Żelazo: 10.19 mg; Magnez: 284.27 mg;

czwartek 2025-05-29 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1/2 szt 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1943.98 kcal; Białko ogółem: 52.61 g; Tłuszcz ogółem: 50.41 g; Węglowodany ogółem: 276.44 g; Kw. tł. nasycone: 18.71 g; Sól: 2.43 g; Sód: 353.82 mg; Błonnik: 24.56 g; W tym cukry: 51.12 g; WW: 27.87 Por; Potas: 3507.65 mg; Wapń: 201.38 mg; Fosfor: 611.49 mg; Żelazo: 7.18 mg; Magnez: 202.52 mg;

czwartek 2025-05-29 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyniu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Budyń waniliowy 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2321.59 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz ogółem: 69.97 g; Węglowodany ogółem: 272.47 g; Kw. tł. nasycone: 23.22 g; Sól: 1.65 g; Sód: 528.46 mg; Błonnik: 17.36 g; W tym cukry: 58.34 g; WW: 27.54 Por; Potas: 3924.15 mg; Wapń: 755.31 mg; Fosfor: 1374.53 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 276.86 mg;

czwartek 2025-05-29 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami mix 300ml (GLU, MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą mix 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki puree 200g , Kalafor gotowany na parze mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2117.72 kcal; Białko ogółem: 80.66 g; Tłuszcz ogółem: 50.01 g; Węglowodany ogółem: 299.46 g; Kw. tł. nasycone: 21.66 g; Sól: 3.39 g; Sód: 1293.04 mg; Błonnik: 25.69 g; W tym cukry: 41.38 g; WW: 30.35 Por; Potas: 3877.96 mg; Wapń: 543.93 mg; Fosfor: 1105.98 mg; Żelazo: 10.23 mg; Magnez: 264.62 mg;

czwartek 2025-05-29 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Twaróg 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2519.16 kcal; Białko ogółem: 102.24 g; Tłuszcz ogółem: 67.96 g; Węglowodany ogółem: 338.04 g; Kw. tł. nasycone: 32.19 g; Sól: 5.87 g; Sód: 1420.32 mg; Błonnik: 24.63 g; W tym cukry: 83.43 g; WW: 34.19 Por; Potas: 4666.75 mg; Wapń: 635.98 mg; Fosfor: 1272.39 mg; Żelazo: 10.62 mg; Magnez: 323.07 mg;

czwartek 2025-05-29 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.67 kcal; Białko ogółem: 75.44 g; Tłuszcz ogółem: 49.46 g; Węglowodany ogółem: 287.74 g; Kw. tł. nasycone: 19.56 g; Sól: 4.58 g; Sód: 1214.44 mg; Błonnik: 18.16 g; W tym cukry: 43.02 g; WW: 29.00 Por; Potas: 3394.07 mg; Wapń: 472.92 mg; Fosfor: 977.27 mg; Żelazo: 8.57 mg; Magnez: 228.11 mg;

czwartek 2025-05-29 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami b/glu 300ml (MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.34 kcal; Białko ogółem: 62.70 g; Tłuszcz ogółem: 54.78 g; Węglowodany ogółem: 304.94 g; Kw. tł. nasycone: 20.06 g; Sól: 2.57 g; Sód: 457.16 mg; Błonnik: 24.93 g; W tym cukry: 76.69 g; WW: 30.71 Por; Potas: 3304.47 mg; Wapń: 498.61 mg; Fosfor: 782.65 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 221.47 mg;

czwartek 2025-05-29 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Serek kanapkowy 30g (MLE), Cykorja 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.45 kcal; Białko ogółem: 72.40 g; Tłuszcz ogółem: 64.55 g; Węglowodany ogółem: 328.91 g; Kw. tł. nasycone: 19.74 g; Sól: 4.82 g; Sód: 1199.00 mg; Błonnik: 23.18 g; W tym cukry: 68.05 g; WW: 33.31 Por; Potas: 4190.71 mg; Wapń: 241.54 mg; Fosfor: 771.15 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 276.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-05-29		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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Tofu w plasterkach 100g (<i>SOJ</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jablko 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1869.84 kcal; Białko ogółem: 74.51 g; Tłuszcz ogółem: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 272.36 g; Kw. tł. nasycone: 15.53 g; Sól: 4.57 g; Sód: 1738.10 mg; Błonnik: 34.01 g; W tym cukry: 53.98 g; WW: 27.41 Por; Potas: 3446.41 mg; Wapń: 870.60 mg; Fosfor: 1276.87 mg; Żelazo: 10.34 mg; Magnez: 286.60 mg;

czwartek 2025-05-29		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: Budyn 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 2025-05-29		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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2255.78 kcal; Białko ogółem: 77.55 g; Tłuszcz ogółem: 47.08 g; Węglowodany ogółem: 360.45 g; Kw. tł. nasycone: 20.56 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1220.42 mg; Błonnik: 24.63 g; W tym cukry: 79.03 g; WW: 36.47 Por; Potas: 4528.80 mg; Wapń: 522.28 mg; Fosfor: 1027.79 mg; Żelazo: 10.37 mg; Magnez: 310.87 mg;

czwartek 2025-05-29		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. 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 z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2183.33 kcal; Białko ogółem: 77.96 g; Tłuszcz ogółem: 47.30 g; Węglowodany ogółem: 341.45 g; Kw. tł. nasycone: 20.70 g; Sól: 4.48 g; Sód: 1226.72 mg; Błonnik: 24.63 g; W tym cukry: 79.78 g; WW: 34.55 Por; Potas: 4549.95 mg; Wapń: 538.78 mg; Fosfor: 1041.59 mg; Żelazo: 10.38 mg; Magnez: 312.67 mg;

czwartek 2025-05-29		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 249ml (<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 z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 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 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1953.77 kcal; Białko ogółem: 80.73 g; Tłuszcz ogółem: 56.24 g; Węglowodany ogółem: 247.11 g; Kw. tł. nasycone: 26.81 g; Sól: 5.89 g; Sód: 1782.90 mg; Błonnik: 31.51 g; W tym cukry: 31.38 g; WW: 24.99 Por; Potas: 4138.10 mg; Wapń: 566.60 mg; Fosfor: 1247.49 mg; Żelazo: 12.40 mg; Magnez: 346.24 mg;

czwartek 2025-05-29		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml i b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Kalafor gotowany na parze 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 delikatesowa drobiowa 40g , Salata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1786.65 kcal; Białko ogółem: 53.56 g; Tłuszcz ogółem: 53.62 g; Węglowodany ogółem: 278.63 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 2.09 g; Sód: 155.21 mg; Błonnik: 24.09 g; W tym cukry: 62.99 g; WW: 28.07 Por; Potas: 2888.92 mg; Wapń: 161.71 mg; Fosfor: 497.70 mg; Żelazo: 6.37 mg; Magnez: 184.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), 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 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszonej kapusty z olejem 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>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salátka z brokula i pomidora 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>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jabłko 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2487.44 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz ogółem: 64.57 g; Węglowodany ogółem: 315.58 g; Kw. tł. nasycone: 26.91 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1756.59 mg; Błonnik: 40.52 g; W tym cukry: 74.13 g; WW: 31.62 Por; Potas: 3333.51 mg; Wapń: 586.87 mg; Fosfor: 989.31 mg; Żelazo: 9.59 mg; Magnez: 256.54 mg;

piątek 2025-05-30 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki i jabłka 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salátka z brokula i pomidora z olejem 150g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2079.07 kcal; Białko ogółem: 83.00 g; Tłuszcz ogółem: 66.74 g; Węglowodany ogółem: 256.55 g; Kw. tł. nasycone: 25.07 g; Sól: 4.76 g; Sód: 1791.49 mg; Błonnik: 41.06 g; W tym cukry: 51.08 g; WW: 25.73 Por; Potas: 3508.79 mg; Wapń: 597.07 mg; Fosfor: 1088.03 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 293.25 mg;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Cukinia 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 50g (<i>MLE</i>), Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Bułka pszenna krojona 40g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Banan 1/2 szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2368.54 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz ogółem: 51.57 g; Węglowodany ogółem: 341.88 g; Kw. tł. nasycone: 23.10 g; Sól: 6.15 g; Sód: 2115.17 mg; Błonnik: 22.69 g; W tym cukry: 63.96 g; WW: 34.53 Por; Potas: 3030.39 mg; Wapń: 516.12 mg; Fosfor: 815.25 mg; Żelazo: 6.91 mg; Magnez: 257.00 mg;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Cukinia 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 50g (<i>MLE</i>), Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Banan 1/2 szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2236.84 kcal; Białko ogółem: 84.65 g; Tłuszcz ogółem: 51.10 g; Węglowodany ogółem: 326.33 g; Kw. tł. nasycone: 20.92 g; Sól: 6.04 g; Sód: 2077.27 mg; Błonnik: 22.51 g; W tym cukry: 63.84 g; WW: 32.95 Por; Potas: 3019.19 mg; Wapń: 514.62 mg; Fosfor: 807.85 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 255.20 mg;

piątek 2025-05-30 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Cukinia 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 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1750.44 kcal; Białko ogółem: 53.68 g; Tłuszcz ogółem: 41.74 g; Węglowodany ogółem: 223.43 g; Kw. tł. nasycone: 18.85 g; Sól: 1.25 g; Sód: 402.07 mg; Błonnik: 24.09 g; W tym cukry: 33.75 g; WW: 22.46 Por; Potas: 2342.53 mg; Wapń: 156.90 mg; Fosfor: 394.61 mg; Żelazo: 3.90 mg; Magnez: 115.59 mg;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z płatkami owsianymi z masłem, biszkoptami i bananem (mix g.budyniu) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2231.07 kcal; Białko ogółem: 101.95 g; Tłuszcz ogółem: 70.07 g; Węglowodany ogółem: 278.95 g; Kw. tł. nasycone: 22.55 g; Sól: 1.58 g; Sód: 539.41 mg; Błonnik: 18.70 g; W tym cukry: 82.27 g; WW: 28.21 Por; Potas: 4221.50 mg; Wapń: 810.71 mg; Fosfor: 1505.13 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami (papka) 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki (papka) 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1840.50 kcal; Białko ogółem: 82.26 g; Tłuszcz ogółem: 22.87 g; Węglowodany ogółem: 286.78 g; Kw. tł. nasycone: 9.49 g; Sól: 2.88 g; Sód: 1081.98 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 40.65 g; WW: 29.05 Por; Potas: 2692.97 mg; Wapń: 501.07 mg; Fosfor: 794.48 mg; Żelazo: 7.01 mg; Magnez: 195.11 mg;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Serek kanapkowy 50g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2383.72 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz ogółem: 49.14 g; Węglowodany ogółem: 346.43 g; Kw. tł. nasycone: 24.06 g; Sól: 4.10 g; Sód: 1338.47 mg; Błonnik: 25.06 g; W tym cukry: 93.46 g; WW: 34.94 Por; Potas: 3894.33 mg; Wapń: 655.30 mg; Fosfor: 1005.48 mg; Żelazo: 7.35 mg; Magnez: 262.99 mg;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Biszkopty 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2025.45 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz ogółem: 40.01 g; Węglowodany ogółem: 264.65 g; Kw. tł. nasycone: 19.70 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1204.58 mg; Błonnik: 17.40 g; W tym cukry: 39.02 g; WW: 26.63 Por; Potas: 2336.08 mg; Wapń: 447.77 mg; Fosfor: 706.47 mg; Żelazo: 5.26 mg; Magnez: 159.20 mg;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2051.64 kcal; Białko ogółem: 64.75 g; Tłuszcz ogółem: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 300.59 g; Kw. tł. nasycone: 20.52 g; Sól: 1.45 g; Sód: 518.67 mg; Błonnik: 27.70 g; W tym cukry: 84.47 g; WW: 30.28 Por; Potas: 3523.88 mg; Wapń: 472.40 mg; Fosfor: 696.86 mg; Żelazo: 5.23 mg; Magnez: 216.14 mg;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Ser wege 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1736.10 kcal; Białko ogółem: 62.91 g; Tłuszcz ogółem: 42.06 g; Węglowodany ogółem: 295.66 g; Kw. tł. nasycone: 9.28 g; Sól: 3.49 g; Sód: 1066.13 mg; Błonnik: 23.75 g; W tym cukry: 72.19 g; WW: 29.89 Por; Potas: 3366.18 mg; Wapń: 147.89 mg; Fosfor: 460.55 mg; Żelazo: 7.21 mg; Magnez: 219.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-05-30Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), 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 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2184.52 kcal; Białko ogółem: 63.09 g; Tłuszcz ogółem: 53.83 g; Węglowodany ogółem: 298.60 g; Kw. tł. nasycone: 20.12 g; Sól: 4.68 g; Sód: 1605.00 mg; Błonnik: 38.40 g; W tym cukry: 49.70 g; WW: 29.94 Por; Potas: 3084.39 mg; Wapń: 545.12 mg; Fosfor: 911.13 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 229.29 mg;

piątek 2025-05-30Jadłospis 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: 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 2025-05-30Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Cukinia 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 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.65 kcal; Białko ogółem: 77.69 g; Tłuszcz ogółem: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; Kw. tł. nasycone: 21.60 g; Sól: 3.22 g; Sód: 1215.40 mg; Błonnik: 21.40 g; W tym cukry: 80.78 g; WW: 32.91 Por; Potas: 3464.48 mg; Wapń: 470.57 mg; Fosfor: 771.67 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 234.79 mg;

piątek 2025-05-30Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Cukinia 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 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2050.25 kcal; Białko ogółem: 77.63 g; Tłuszcz ogółem: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 326.18 g; Kw. tł. nasycone: 21.05 g; Sól: 3.21 g; Sód: 1216.18 mg; Błonnik: 21.40 g; W tym cukry: 80.78 g; WW: 32.91 Por; Potas: 3464.48 mg; Wapń: 470.57 mg; Fosfor: 771.67 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 234.80 mg;

piątek 2025-05-30Jadłospis 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki 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>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1940.72 kcal; Białko ogółem: 84.65 g; Tłuszcz ogółem: 51.58 g; Węglowodany ogółem: 251.78 g; Kw. tł. nasycone: 24.09 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1756.96 mg; Błonnik: 35.80 g; W tym cukry: 50.70 g; WW: 25.33 Por; Potas: 3416.83 mg; Wapń: 545.27 mg; Fosfor: 1037.60 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 283.48 mg;

piątek 2025-05-30Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Cukinia 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>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Ser wege 40g , Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1507.72 kcal; Białko ogółem: 39.33 g; Tłuszcz ogółem: 41.41 g; Węglowodany ogółem: 258.09 g; Kw. tł. nasycone: 7.95 g; Sól: 0.64 g; Sód: 175.27 mg; Błonnik: 26.14 g; W tym cukry: 67.14 g; WW: 26.06 Por; Potas: 2885.13 mg; Wapń: 98.40 mg; Fosfor: 269.71 mg; Żelazo: 4.22 mg; Magnez: 169.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g, Surówka coleslaw z białej kapusty 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 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 kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2596.55 kcal; Białko ogółem: 97.02 g; Tłuszcz ogółem: 55.38 g; Węglowodany ogółem: 373.38 g; Kw. tł. nasycone: 17.11 g; Sól: 8.02 g; Sód: 2471.58 mg; Błonnik: 38.14 g; W tym cukry: 97.84 g; WW: 37.56 Por; Potas: 4331.58 mg; Wapń: 881.53 mg; Fosfor: 1398.63 mg; Żelazo: 10.54 mg; Magnez: 411.32 mg;

sobota 2025-05-31 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 z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb 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 kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Marchew w słupkach na surowo 200g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.90 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz ogółem: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 261.58 g; Kw. tł. nasycone: 13.39 g; Sól: 8.29 g; Sód: 2612.09 mg; Błonnik: 41.07 g; W tym cukry: 44.05 g; WW: 26.32 Por; Potas: 3993.22 mg; Wapń: 929.09 mg; Fosfor: 1470.59 mg; Żelazo: 10.99 mg; Magnez: 395.66 mg;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 50g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Banan 1/2 szt 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2299.42 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz ogółem: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 359.77 g; Kw. tł. nasycone: 13.42 g; Sól: 4.19 g; Sód: 1150.81 mg; Błonnik: 20.75 g; W tym cukry: 79.97 g; WW: 36.30 Por; Potas: 3739.40 mg; Wapń: 699.03 mg; Fosfor: 1216.19 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 263.36 mg;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 150g (<i>SEL, S02</i>), Salata 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>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Banan 1/2 szt 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.07 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz ogółem: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 334.42 g; Kw. tł. nasycone: 11.18 g; Sól: 4.24 g; Sód: 1177.01 mg; Błonnik: 22.78 g; W tym cukry: 81.98 g; WW: 33.73 Por; Potas: 3863.67 mg; Wapń: 705.20 mg; Fosfor: 1223.26 mg; Żelazo: 8.20 mg; Magnez: 269.91 mg;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Salata masłowa 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salata 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>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1721.22 kcal; Białko ogółem: 54.91 g; Tłuszcz ogółem: 33.35 g; Węglowodany ogółem: 254.69 g; Kw. tł. nasycone: 8.94 g; Sól: 3.20 g; Sód: 250.11 mg; Błonnik: 22.64 g; W tym cukry: 47.47 g; WW: 25.63 Por; Potas: 2929.78 mg; Wapń: 315.37 mg; Fosfor: 670.08 mg; Żelazo: 5.46 mg; Magnez: 160.74 mg;

sobota 2025-05-31 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 150g 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: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) mix 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.64 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz ogółem: 66.31 g; Węglowodany ogółem: 286.83 g; Kw. tł. nasycone: 21.30 g; Sól: 1.56 g; Sód: 541.41 mg; Błonnik: 17.82 g; W tym cukry: 83.51 g; WW: 29.04 Por; Potas: 4181.90 mg; Wapń: 794.66 mg; Fosfor: 1404.58 mg; Żelazo: 6.70 mg; Magnez: 292.81 mg;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką (papka) 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka z indykem 50g (SOJ), Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik ryżowy (papka) 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki puree 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze(papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2093.90 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz ogółem: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 322.66 g; Kw. tł. nasycone: 11.84 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1138.58 mg; Błonnik: 24.54 g; W tym cukry: 59.97 g; WW: 32.68 Por; Potas: 3416.58 mg; Wapń: 737.48 mg; Fosfor: 1193.53 mg; Żelazo: 8.68 mg; Magnez: 249.74 mg;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka z indykem 50g (SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Salata masłowa 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (MLE), 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 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.84 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz ogółem: 36.13 g; Węglowodany ogółem: 311.99 g; Kw. tł. nasycone: 12.31 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1167.25 mg; Błonnik: 20.34 g; W tym cukry: 64.43 g; WW: 31.42 Por; Potas: 3671.56 mg; Wapń: 721.55 mg; Fosfor: 1264.27 mg; Żelazo: 8.15 mg; Magnez: 240.80 mg;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka z indykem 50g (SOJ), Pomidor b/skóry 50g , Salata masłowa 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (MLE), 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 50g (MLE), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2079.72 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz ogółem: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 306.45 g; Kw. tł. nasycone: 11.42 g; Sól: 4.17 g; Sód: 1145.41 mg; Błonnik: 19.05 g; W tym cukry: 60.45 g; WW: 30.86 Por; Potas: 3333.10 mg; Wapń: 683.63 mg; Fosfor: 1173.49 mg; Żelazo: 7.55 mg; Magnez: 229.46 mg;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka z indykem 50g (SOJ), Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1897.04 kcal; Białko ogółem: 73.77 g; Tłuszcz ogółem: 40.90 g; Węglowodany ogółem: 262.48 g; Kw. tł. nasycone: 11.79 g; Sól: 2.30 g; Sód: 395.13 mg; Błonnik: 22.70 g; W tym cukry: 60.84 g; WW: 26.40 Por; Potas: 3378.70 mg; Wapń: 657.41 mg; Fosfor: 1038.45 mg; Żelazo: 5.67 mg; Magnez: 199.16 mg;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka z indykem 50g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1910.39 kcal; Białko ogółem: 74.26 g; Tłuszcz ogółem: 59.57 g; Węglowodany ogółem: 279.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.60 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1081.19 mg; Błonnik: 23.08 g; W tym cukry: 43.80 g; WW: 28.07 Por; Potas: 3243.36 mg; Wapń: 187.59 mg; Fosfor: 779.25 mg; Żelazo: 8.35 mg; Magnez: 202.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU , MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ , GOR), Pomidor 100g , Salata maslowa 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE , SEL), Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL , S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2201.38 kcal; Białko ogółem: 67.92 g; Tłuszcz ogółem: 51.01 g; Węglowodany ogółem: 321.32 g; Kw. tł. nasycone: 17.12 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1625.32 mg; Błonnik: 39.51 g; W tym cukry: 70.34 g; WW: 32.21 Por; Potas: 3426.68 mg; Wapń: 1025.10 mg; Fosfor: 1176.62 mg; Żelazo: 8.86 mg; Magnez: 270.23 mg;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 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 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (GLU , JAJ , SOJ , MLE , ORZ , SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2154.68 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz ogółem: 67.39 g; Węglowodany ogółem: 269.18 g; Kw. tł. nasycone: 21.28 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.21 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka z indykem 50g (SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Salata maslowa 10g ,	Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (GLU), Ziemniaki b/soli 200g , Salata z jogurtem 100g (MLE), 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 50g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2080.99 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 298.95 g; Kw. tł. nasycone: 11.42 g; Sól: 4.10 g; Sód: 1117.61 mg; Błonnik: 21.37 g; W tym cukry: 43.84 g; WW: 30.09 Por; Potas: 3559.05 mg; Wapń: 507.15 mg; Fosfor: 1167.83 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 232.19 mg;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka z indykem 50g (SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Salata maslowa 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 150g (SEL , S02), Salata z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2096.59 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz ogółem: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 325.05 g; Kw. tł. nasycone: 12.71 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1184.65 mg; Błonnik: 22.38 g; W tym cukry: 65.81 g; WW: 32.76 Por; Potas: 3773.23 mg; Wapń: 708.92 mg; Fosfor: 1225.94 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 245.55 mg;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka z indykem 50g (SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Salata maslowa 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE , SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL , S02), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Cykorja 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1938.05 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz ogółem: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 293.76 g; Kw. tł. nasycone: 9.60 g; Sól: 5.45 g; Sód: 1383.04 mg; Błonnik: 35.86 g; W tym cukry: 75.88 g; WW: 29.64 Por; Potas: 4419.22 mg; Wapń: 580.35 mg; Fosfor: 1322.94 mg; Żelazo: 10.81 mg; Magnez: 387.15 mg;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka z indykem 50g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Salata maslowa 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 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 , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1824.66 kcal; Białko ogółem: 51.86 g; Tłuszcz ogółem: 58.26 g; Węglowodany ogółem: 279.96 g; Kw. tł. nasycone: 9.45 g; Sól: 2.65 g; Sód: 196.53 mg; Błonnik: 25.43 g; W tym cukry: 65.91 g; WW: 28.25 Por; Potas: 3548.50 mg; Wapń: 141.31 mg; Fosfor: 618.95 mg; Żelazo: 5.97 mg; Magnez: 212.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-06-01 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>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</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 60g , Papryka konserwowa 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 20g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2511.04 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz ogółem: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 329.38 g; Kw. tł. nasycone: 15.34 g; Sól: 6.31 g; Sód: 1773.53 mg; Błonnik: 42.84 g; W tym cukry: 71.11 g; WW: 32.92 Por; Potas: 3148.94 mg; Wapń: 771.42 mg; Fosfor: 1327.02 mg; Żelazo: 11.80 mg; Magnez: 294.01 mg;

niedziela 2025-06-01 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 , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), 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 , Papryka konserwowa 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.50 kcal; Białko ogółem: 94.88 g; Tłuszcz ogółem: 49.57 g; Węglowodany ogółem: 277.24 g; Kw. tł. nasycone: 13.12 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1804.06 mg; Błonnik: 42.86 g; W tym cukry: 46.62 g; WW: 27.71 Por; Potas: 3289.85 mg; Wapń: 785.84 mg; Fosfor: 1419.81 mg; Żelazo: 12.94 mg; Magnez: 331.08 mg;

niedziela 2025-06-01 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 , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.59 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz ogółem: 41.26 g; Węglowodany ogółem: 312.25 g; Kw. tł. nasycone: 11.56 g; Sól: 5.71 g; Sód: 1157.29 mg; Błonnik: 25.50 g; W tym cukry: 46.75 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2621.15 mg; Wapń: 522.03 mg; Fosfor: 917.96 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 203.91 mg;

niedziela 2025-06-01 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>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	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>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2022.31 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz ogółem: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 293.71 g; Kw. tł. nasycone: 9.39 g; Sól: 5.70 g; Sód: 1157.29 mg; Błonnik: 25.50 g; W tym cukry: 46.75 g; WW: 29.61 Por; Potas: 2621.15 mg; Wapń: 522.03 mg; Fosfor: 917.96 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 203.91 mg;

niedziela 2025-06-01 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 80g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią indyczą 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1872.64 kcal; Białko ogółem: 58.33 g; Tłuszcz ogółem: 39.66 g; Węglowodany ogółem: 275.98 g; Kw. tł. nasycone: 8.80 g; Sól: 2.59 g; Sód: 281.75 mg; Błonnik: 28.78 g; W tym cukry: 31.95 g; WW: 27.76 Por; Potas: 1951.45 mg; Wapń: 195.63 mg; Fosfor: 505.84 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 134.03 mg;

niedziela 2025-06-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyńniu) 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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyńniu) 100ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.54 kcal; Białko ogółem: 95.72 g; Tłuszcz ogółem: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 282.63 g; Kw. tł. nasycone: 18.53 g; Sól: 1.44 g; Sód: 507.96 mg; Błonnik: 17.25 g; W tym cukry: 83.46 g; WW: 28.57 Por; Potas: 4006.00 mg; Wapń: 713.41 mg; Fosfor: 1344.23 mg; Żelazo: 6.61 mg; Magnez: 270.39 mg;

niedziela 2025-06-01Jadłospis 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 drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Rosół z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Schab gotowany na parze - rozdrobniony 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna (papka) 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł 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 twarogiem 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2025.64 kcal; Białko ogółem: 86.85 g; Tłuszcz ogółem: 39.74 g; Węglowodany ogółem: 292.34 g; Kw. tł. nasycone: 11.40 g; Sól: 3.74 g; Sód: 1151.31 mg; Błonnik: 27.75 g; W tym cukry: 43.00 g; WW: 29.52 Por; Potas: 2568.32 mg; Wapń: 553.46 mg; Fosfor: 1021.02 mg; Żelazo: 8.60 mg; Magnez: 213.16 mg;

niedziela 2025-06-01Jadłospis 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>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2327.11 kcal; Białko ogółem: 102.48 g; Tłuszcz ogółem: 63.90 g; Węglowodany ogółem: 295.24 g; Kw. tł. nasycone: 24.96 g; Sól: 6.30 g; Sód: 1394.89 mg; Błonnik: 25.50 g; W tym cukry: 48.01 g; WW: 29.73 Por; Potas: 2660.75 mg; Wapń: 555.03 mg; Fosfor: 991.76 mg; Żelazo: 9.24 mg; Magnez: 208.71 mg;

niedziela 2025-06-01Jadłospis 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>), Buraczki gotowane plastry 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2011.71 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz ogółem: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 279.61 g; Kw. tł. nasycone: 9.84 g; Sól: 5.25 g; Sód: 1112.99 mg; Błonnik: 19.86 g; W tym cukry: 39.58 g; WW: 28.10 Por; Potas: 1980.96 mg; Wapń: 440.02 mg; Fosfor: 832.96 mg; Żelazo: 7.02 mg; Magnez: 166.34 mg;

niedziela 2025-06-01Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Rosół z makaronem b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	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>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1899.92 kcal; Białko ogółem: 63.71 g; Tłuszcz ogółem: 40.36 g; Węglowodany ogółem: 273.76 g; Kw. tł. nasycone: 8.09 g; Sól: 2.75 g; Sód: 299.76 mg; Błonnik: 24.66 g; W tym cukry: 31.81 g; WW: 27.50 Por; Potas: 2083.68 mg; Wapń: 209.16 mg; Fosfor: 528.12 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 125.54 mg;

niedziela 2025-06-01Jadłospis 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>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z białej fasoli 40g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2171.68 kcal; Białko ogółem: 81.79 g; Tłuszcz ogółem: 60.86 g; Węglowodany ogółem: 315.15 g; Kw. tł. nasycone: 11.88 g; Sól: 5.35 g; Sód: 1181.91 mg; Błonnik: 27.80 g; W tym cukry: 35.14 g; WW: 31.84 Por; Potas: 2366.61 mg; Wapń: 242.88 mg; Fosfor: 732.03 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 185.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-06-01 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>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Leczo warzywne z groszkiem (włoszczyzna) 150g (<i>GLU, SEL</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: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2192.21 kcal; Białko ogółem: 64.54 g; Tłuszcz ogółem: 51.35 g; Węglowodany ogółem: 312.65 g; Kw. tł. nasycone: 14.74 g; Sól: 4.53 g; Sód: 1654.58 mg; Błonnik: 44.89 g; W tym cukry: 56.85 g; WW: 31.30 Por; Potas: 3009.68 mg; Wapń: 926.14 mg; Fosfor: 1165.81 mg; Żelazo: 11.07 mg; Magnez: 279.79 mg;

niedziela 2025-06-01 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 150g 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: 2460.29 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; Tłuszcz ogółem: 74.26 g; Węglowodany ogółem: 283.30 g; Kw. tł. nasycone: 24.71 g; Sól: 1.87 g; Sód: 586.68 mg; Błonnik: 18.72 g; W tym cukry: 91.88 g; WW: 28.66 Por; Potas: 4250.03 mg; Wapń: 924.11 mg; Fosfor: 1494.03 mg; Żelazo: 6.70 mg; Magnez: 290.96 mg;

niedziela 2025-06-01 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>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2100.30 kcal; Białko ogółem: 91.18 g; Tłuszcz ogółem: 39.22 g; Węglowodany ogółem: 305.53 g; Kw. tł. nasycone: 11.82 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1155.50 mg; Błonnik: 25.50 g; W tym cukry: 46.68 g; WW: 30.81 Por; Potas: 2621.15 mg; Wapń: 522.03 mg; Fosfor: 917.96 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 203.90 mg;

niedziela 2025-06-01 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>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	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>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2040.58 kcal; Białko ogółem: 93.57 g; Tłuszcz ogółem: 39.79 g; Węglowodany ogółem: 303.36 g; Kw. tł. nasycone: 10.99 g; Sól: 5.35 g; Sód: 1157.29 mg; Błonnik: 25.50 g; W tym cukry: 46.68 g; WW: 30.60 Por; Potas: 2621.15 mg; Wapń: 522.03 mg; Fosfor: 917.96 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 203.91 mg;

niedziela 2025-06-01 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>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), 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 delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2206.98 kcal; Białko ogółem: 104.72 g; Tłuszcz ogółem: 57.88 g; Węglowodany ogółem: 281.42 g; Kw. tł. nasycone: 19.48 g; Sól: 6.25 g; Sód: 1473.98 mg; Błonnik: 35.52 g; W tym cukry: 35.86 g; WW: 28.36 Por; Potas: 3092.34 mg; Wapń: 598.45 mg; Fosfor: 1244.97 mg; Żelazo: 12.69 mg; Magnez: 322.15 mg;

niedziela 2025-06-01 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Rosół z makaronem b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1825.89 kcal; Białko ogółem: 59.05 g; Tłuszcz ogółem: 58.76 g; Węglowodany ogółem: 268.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.79 g; Sól: 2.57 g; Sód: 299.76 mg; Błonnik: 24.66 g; W tym cukry: 31.72 g; WW: 27.00 Por; Potas: 2083.68 mg; Wapń: 209.16 mg; Fosfor: 528.12 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 125.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów