

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-30Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek świeży 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż brązowy na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Mus z truskawek 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z jajkiem i koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2459.71 kcal; Białko ogółem: 74.96 g; Tłuszcz ogółem: 57.67 g; Węglowodany ogółem: 363.60 g; Kw. tł. nasycone: 17.61 g; Sól: 6.00 g; Sód: 1771.55 mg; Błonnik: 36.56 g; W tym cukry: 60.08 g; WW: 36.46 Por; Potas: 2845.66 mg; Wapń: 775.79 mg; Fosfor: 1412.84 mg; Żelazo: 10.35 mg; Magnez: 360.99 mg;

poniedziałek 2025-06-30Jadłospis 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 twarogowa z jajkiem i koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z brązowym ryżem b/ml 300ml , Ryż brązowy na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Mus z truskawek 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 jajkiem i koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Salata 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>), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2258.18 kcal; Białko ogółem: 76.51 g; Tłuszcz ogółem: 56.76 g; Węglowodany ogółem: 330.12 g; Kw. tł. nasycone: 15.60 g; Sól: 6.03 g; Sód: 1816.45 mg; Błonnik: 40.32 g; W tym cukry: 36.66 g; WW: 33.10 Por; Potas: 3013.51 mg; Wapń: 788.69 mg; Fosfor: 1543.19 mg; Żelazo: 11.59 mg; Magnez: 430.24 mg;

poniedziałek 2025-06-30Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Mus z truskawek 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 jajkiem i koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2351.34 kcal; Białko ogółem: 69.24 g; Tłuszcz ogółem: 51.41 g; Węglowodany ogółem: 367.06 g; Kw. tł. nasycone: 12.57 g; Sól: 6.62 g; Sód: 1741.54 mg; Błonnik: 16.55 g; W tym cukry: 46.95 g; WW: 36.82 Por; Potas: 2058.66 mg; Wapń: 472.75 mg; Fosfor: 928.08 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 202.95 mg;

poniedziałek 2025-06-30Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Mus z truskawek 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 jajkiem i koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2246.94 kcal; Białko ogółem: 70.28 g; Tłuszcz ogółem: 51.09 g; Węglowodany ogółem: 357.27 g; Kw. tł. nasycone: 10.42 g; Sól: 6.61 g; Sód: 1741.54 mg; Błonnik: 16.55 g; W tym cukry: 46.95 g; WW: 35.82 Por; Potas: 2058.66 mg; Wapń: 472.75 mg; Fosfor: 928.08 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 202.95 mg;

poniedziałek 2025-06-30Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z jajkiem i koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2309.34 kcal; Białko ogółem: 54.64 g; Tłuszcz ogółem: 58.01 g; Węglowodany ogółem: 351.66 g; Kw. tł. nasycone: 13.03 g; Sól: 4.72 g; Sód: 983.54 mg; Błonnik: 20.35 g; W tym cukry: 44.55 g; WW: 35.22 Por; Potas: 1834.66 mg; Wapń: 442.75 mg; Fosfor: 780.08 mg; Żelazo: 5.02 mg; Magnez: 166.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-30			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, MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, MLE, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Ryż na mleku z jabłkiem (mix o g.budyiniu) 300g (SO2),		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2705.11 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz ogółem: 71.38 g; Węglowodany ogółem: 391.58 g; Kw. tł. nasycone: 24.15 g; Sól: 1.31 g; Sód: 451.58 mg; Błonnik: 23.74 g; W tym cukry: 57.55 g; WW: 39.52 Por; Potas: 3997.85 mg; Wapń: 572.81 mg; Fosfor: 1370.53 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 294.66 mg;

poniedziałek 2025-06-30			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny z zieleniną 40g (SOJ, MLE, SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż na mleku roślinnym 200ml , Jogurt naturalny 100ml (MLE), Mus z truskawek 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z jajkiem i koperkiem 40g (JAJ, MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Jabłko gotowane (papka) 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1729.25 kcal; Białko ogółem: 57.91 g; Tłuszcz ogółem: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 284.57 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 5.60 g; Sód: 1631.51 mg; Błonnik: 18.57 g; W tym cukry: 53.78 g; WW: 28.62 Por; Potas: 1935.67 mg; Wapń: 468.85 mg; Fosfor: 706.15 mg; Żelazo: 6.70 mg; Magnez: 183.75 mg;

poniedziałek 2025-06-30			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Kielbasa krakowska 60g (GLU, SOJ), Dżem szt- 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (MLE), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z jajkiem i koperkiem 100g (JAJ, MLE), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2601.35 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz ogółem: 76.17 g; Węglowodany ogółem: 360.06 g; Kw. tł. nasycone: 27.04 g; Sól: 7.27 g; Sód: 1993.28 mg; Błonnik: 16.57 g; W tym cukry: 49.24 g; WW: 36.08 Por; Potas: 2137.59 mg; Wapń: 536.34 mg; Fosfor: 1074.93 mg; Żelazo: 7.42 mg; Magnez: 210.74 mg;

poniedziałek 2025-06-30			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska 60g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 50g , Dżem szt- 25g 1szt ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (MLE), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z jajkiem i koperkiem 60g (JAJ, MLE), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 150g , Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2195.93 kcal; Białko ogółem: 68.33 g; Tłuszcz ogółem: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 345.11 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1009.86 mg; Błonnik: 15.43 g; W tym cukry: 46.75 g; WW: 34.58 Por; Potas: 1930.56 mg; Wapń: 450.72 mg; Fosfor: 877.66 mg; Żelazo: 6.67 mg; Magnez: 155.53 mg;

poniedziałek 2025-06-30			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt- 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (MLE), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z jajkiem i koperkiem 60g (JAJ, MLE), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2015.02 kcal; Białko ogółem: 50.33 g; Tłuszcz ogółem: 44.91 g; Węglowodany ogółem: 313.08 g; Kw. tł. nasycone: 9.28 g; Sól: 3.81 g; Sód: 889.54 mg; Błonnik: 19.83 g; W tym cukry: 26.75 g; WW: 31.40 Por; Potas: 1476.56 mg; Wapń: 167.15 mg; Fosfor: 526.08 mg; Żelazo: 4.66 mg; Magnez: 134.35 mg;

poniedziałek 2025-06-30			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Kielbasa krakowska 60g (GLU, SOJ), Dżem szt- 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż na mleku roślinnym 300ml , Mus z truskawek 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopočka wieprzowa 30g (SOJ, MLE), Sałata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.43 kcal; Białko ogółem: 52.95 g; Tłuszcz ogółem: 73.30 g; Węglowodany ogółem: 318.48 g; Kw. tł. nasycone: 10.27 g; Sól: 8.62 g; Sód: 1737.38 mg; Błonnik: 16.15 g; W tym cukry: 28.42 g; WW: 32.04 Por; Potas: 1639.17 mg; Wapń: 155.02 mg; Fosfor: 512.82 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 165.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-30Jadłospis 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 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż brązowy na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,	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 jajkiem i koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2339.78 kcal; Białko ogółem: 76.18 g; Tłuszcz ogółem: 58.75 g; Węglowodany ogółem: 344.86 g; Kw. tł. nasycone: 21.33 g; Sól: 4.61 g; Sód: 1693.34 mg; Błonnik: 32.66 g; W tym cukry: 51.97 g; WW: 34.55 Por; Potas: 2489.96 mg; Wapń: 997.94 mg; Fosfor: 1509.34 mg; Żelazo: 9.25 mg; Magnez: 341.08 mg;

poniedziałek 2025-06-30Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa b/ml z mięsem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa b/ml z mięsem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml z mięsem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem na mleku roślinnym b/ml (mix g.budyń) 200g ,	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1415.04 kcal; Białko ogółem: 53.22 g; Tłuszcz ogółem: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 216.50 g; Kw. tł. nasycone: 3.25 g; Sól: 0.54 g; Sód: 188.55 mg; Błonnik: 15.21 g; W tym cukry: 39.54 g; WW: 21.78 Por; Potas: 2155.69 mg; Wapń: 98.49 mg; Fosfor: 668.25 mg; Żelazo: 4.47 mg; Magnez: 141.81 mg;

poniedziałek 2025-06-30Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Salata masłowa 10g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml i b/soli 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z jajkiem i koperkiem b/soli 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2374.04 kcal; Białko ogółem: 69.79 g; Tłuszcz ogółem: 51.60 g; Węglowodany ogółem: 372.71 g; Kw. tł. nasycone: 12.61 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1049.64 mg; Błonnik: 17.93 g; W tym cukry: 50.54 g; WW: 37.37 Por; Potas: 2373.96 mg; Wapń: 470.75 mg; Fosfor: 936.58 mg; Żelazo: 7.62 mg; Magnez: 173.65 mg;

poniedziałek 2025-06-30Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Marchewka gotowana na parze 100g , Salata masłowa 10g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z jajkiem i koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2227.91 kcal; Białko ogółem: 70.88 g; Tłuszcz ogółem: 43.24 g; Węglowodany ogółem: 364.07 g; Kw. tł. nasycone: 11.05 g; Sól: 4.04 g; Sód: 1118.54 mg; Błonnik: 20.17 g; W tym cukry: 52.46 g; WW: 36.54 Por; Potas: 2260.06 mg; Wapń: 494.35 mg; Fosfor: 936.48 mg; Żelazo: 7.44 mg; Magnez: 177.35 mg;

poniedziałek 2025-06-30Jadłospis 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>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z brązowym ryżem b/ml 300ml , Ryż brązowy na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml , Mus z truskawek 100g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z jajkiem i koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2302.92 kcal; Białko ogółem: 82.57 g; Tłuszcz ogółem: 59.81 g; Węglowodany ogółem: 326.48 g; Kw. tł. nasycone: 15.64 g; Sól: 8.34 g; Sód: 2478.33 mg; Błonnik: 37.71 g; W tym cukry: 33.57 g; WW: 32.79 Por; Potas: 2901.81 mg; Wapń: 787.49 mg; Fosfor: 1518.13 mg; Żelazo: 11.65 mg; Magnez: 462.48 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-30		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ , GOR), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (SOJ , MLE), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.61 kcal; Białko ogółem: 39.77 g; Tłuszcz ogółem: 70.45 g; Węglowodany ogółem: 318.84 g; Kw. tł. nasycone: 10.97 g; Sól: 5.19 g; Sód: 869.16 mg; Błonnik: 21.19 g; W tym cukry: 25.69 g; WW: 32.04 Por; Potas: 1445.95 mg; Wapń: 126.32 mg; Fosfor: 420.92 mg; Żelazo: 4.68 mg; Magnez: 131.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza gryczana 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Mus owocowy 100g 100g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.03 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz ogółem: 56.65 g; Węglowodany ogółem: 335.06 g; Kw. tł. nasycone: 22.27 g; Sól: 6.13 g; Sód: 1989.63 mg; Błonnik: 36.06 g; W tym cukry: 77.20 g; WW: 33.52 Por; Potas: 3116.83 mg; Wapń: 298.45 mg; Fosfor: 1255.10 mg; Żelazo: 12.60 mg; Magnez: 401.93 mg;

wtorek 2025-07-01 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 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza gryczana 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2110.33 kcal; Białko ogółem: 83.35 g; Tłuszcz ogółem: 52.02 g; Węglowodany ogółem: 286.42 g; Kw. tł. nasycone: 19.40 g; Sól: 6.12 g; Sód: 2012.68 mg; Błonnik: 35.83 g; W tym cukry: 65.14 g; WW: 28.70 Por; Potas: 3567.73 mg; Wapń: 563.75 mg; Fosfor: 1562.10 mg; Żelazo: 13.81 mg; Magnez: 457.03 mg;

wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Banan 1g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza gryczana 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2660.46 kcal; Białko ogółem: 90.54 g; Tłuszcz ogółem: 61.66 g; Węglowodany ogółem: 370.17 g; Kw. tł. nasycone: 25.79 g; Sól: 5.21 g; Sód: 1414.80 mg; Błonnik: 26.72 g; W tym cukry: 92.56 g; WW: 37.23 Por; Potas: 3497.27 mg; Wapń: 256.59 mg; Fosfor: 998.99 mg; Żelazo: 10.84 mg; Magnez: 378.73 mg;

wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Cykoria 10g , Banan 1g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza gryczana 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2556.06 kcal; Białko ogółem: 91.58 g; Tłuszcz ogółem: 61.34 g; Węglowodany ogółem: 360.39 g; Kw. tł. nasycone: 23.64 g; Sól: 5.20 g; Sód: 1414.80 mg; Błonnik: 26.72 g; W tym cukry: 92.56 g; WW: 36.23 Por; Potas: 3497.27 mg; Wapń: 256.59 mg; Fosfor: 998.99 mg; Żelazo: 10.84 mg; Magnez: 378.73 mg;

wtorek 2025-07-01 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1g , Cykoria 10g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza gryczana 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.54 kcal; Białko ogółem: 57.16 g; Tłuszcz ogółem: 52.95 g; Węglowodany ogółem: 317.42 g; Kw. tł. nasycone: 17.67 g; Sól: 2.36 g; Sód: 463.35 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 77.04 g; WW: 31.88 Por; Potas: 3260.07 mg; Wapń: 215.59 mg; Fosfor: 826.39 mg; Żelazo: 8.60 mg; Magnez: 341.13 mg;

wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biskoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2411.29 kcal; Białko ogółem: 107.15 g; Tłuszcz ogółem: 74.71 g; Węglowodany ogółem: 307.27 g; Kw. tł. nasycone: 25.26 g; Sól: 1.69 g; Sód: 577.01 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 99.32 g; WW: 30.99 Por; Potas: 4131.45 mg; Wapń: 915.34 mg; Fosfor: 1643.91 mg; Żelazo: 7.72 mg; Magnez: 333.19 mg;

wtorek 2025-07-01Jadłospis 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 zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami (papka) 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza gryczana 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) mix 180g (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło puree 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.95 kcal; Białko ogółem: 78.45 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 297.17 g; Kw. tł. nasycone: 20.01 g; Sól: 4.57 g; Sód: 1300.82 mg; Błonnik: 21.89 g; W tym cukry: 39.92 g; WW: 29.81 Por; Potas: 2296.87 mg; Wapń: 218.81 mg; Fosfor: 947.13 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 310.86 mg;

wtorek 2025-07-01Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Banan 1g , Cykoria 10g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza gryczana 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2851.81 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz ogółem: 74.54 g; Węglowodany ogółem: 374.98 g; Kw. tł. nasycone: 31.85 g; Sól: 5.10 g; Sód: 1558.48 mg; Błonnik: 27.53 g; W tym cukry: 98.95 g; WW: 37.69 Por; Potas: 3578.27 mg; Wapń: 323.99 mg; Fosfor: 1159.79 mg; Żelazo: 11.00 mg; Magnez: 385.73 mg;

wtorek 2025-07-01Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1g , Cykoria 10g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza gryczana 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Pomidor b/skóry 50g , Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2245.46 kcal; Białko ogółem: 76.60 g; Tłuszcz ogółem: 49.25 g; Węglowodany ogółem: 305.11 g; Kw. tł. nasycone: 20.39 g; Sól: 4.84 g; Sód: 1266.51 mg; Błonnik: 20.52 g; W tym cukry: 65.92 g; WW: 30.69 Por; Potas: 2964.25 mg; Wapń: 196.63 mg; Fosfor: 954.25 mg; Żelazo: 9.25 mg; Magnez: 353.01 mg;

wtorek 2025-07-01Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Cykoria 10g , Banan 1g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Kasza gryczana 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) b/glu 180g (<i>SEL</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Pomidor b/skóry 100g , Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2315.88 kcal; Białko ogółem: 60.71 g; Tłuszcz ogółem: 62.97 g; Węglowodany ogółem: 333.66 g; Kw. tł. nasycone: 23.09 g; Sól: 3.12 g; Sód: 605.30 mg; Błonnik: 26.40 g; W tym cukry: 84.90 g; WW: 33.47 Por; Potas: 3103.87 mg; Wapń: 398.99 mg; Fosfor: 974.54 mg; Żelazo: 8.45 mg; Magnez: 341.53 mg;

wtorek 2025-07-01Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1g , Cykoria 10g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza gryczana 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Pomidor b/skóry 100g , Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z białej fasoli 60g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.92 kcal; Białko ogółem: 72.48 g; Tłuszcz ogółem: 55.92 g; Węglowodany ogółem: 339.39 g; Kw. tł. nasycone: 10.92 g; Sól: 5.45 g; Sód: 1201.32 mg; Błonnik: 29.26 g; W tym cukry: 79.61 g; WW: 34.21 Por; Potas: 3576.51 mg; Wapń: 238.21 mg; Fosfor: 991.60 mg; Żelazo: 11.61 mg; Magnez: 395.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszanej kapusty z kielbasą 250g (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2107.38 kcal; Białko ogółem: 71.46 g; Tłuszcz ogółem: 49.02 g; Węglowodany ogółem: 288.35 g; Kw. tł. nasycone: 12.98 g; Sól: 6.67 g; Sód: 2251.25 mg; Błonnik: 37.12 g; W tym cukry: 79.82 g; WW: 28.80 Por; Potas: 2808.68 mg; Wapń: 560.57 mg; Fosfor: 992.86 mg; Żelazo: 10.48 mg; Magnez: 248.67 mg;

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszanej kapusty z kielbasą 250g (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn 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 ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1909.18 kcal; Białko ogółem: 72.80 g; Tłuszcz ogółem: 47.80 g; Węglowodany ogółem: 262.30 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 6.70 g; Sód: 2294.05 mg; Błonnik: 38.52 g; W tym cukry: 56.16 g; WW: 26.20 Por; Potas: 2875.28 mg; Wapń: 565.37 mg; Fosfor: 1076.86 mg; Żelazo: 11.48 mg; Magnez: 281.67 mg;

środa 2025-07-02 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Rukola 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2242.88 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz ogółem: 55.36 g; Węglowodany ogółem: 315.45 g; Kw. tł. nasycone: 16.22 g; Sól: 3.28 g; Sód: 1142.47 mg; Błonnik: 27.01 g; W tym cukry: 60.75 g; WW: 31.89 Por; Potas: 3704.76 mg; Wapń: 545.17 mg; Fosfor: 931.96 mg; Żelazo: 9.67 mg; Magnez: 232.24 mg;

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Rukola 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2125.78 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz ogółem: 54.20 g; Węglowodany ogółem: 295.98 g; Kw. tł. nasycone: 13.77 g; Sól: 3.26 g; Sód: 1134.87 mg; Błonnik: 27.01 g; W tym cukry: 51.02 g; WW: 29.89 Por; Potas: 3704.56 mg; Wapń: 520.07 mg; Fosfor: 946.96 mg; Żelazo: 9.67 mg; Magnez: 232.24 mg;

środa 2025-07-02 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) 60g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Rukola 10g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1920.16 kcal; Białko ogółem: 55.76 g; Tłuszcz ogółem: 53.03 g; Węglowodany ogółem: 271.08 g; Kw. tł. nasycone: 11.05 g; Sól: 0.89 g; Sód: 290.77 mg; Błonnik: 31.70 g; W tym cukry: 42.65 g; WW: 27.38 Por; Potas: 3289.16 mg; Wapń: 228.32 mg; Fosfor: 580.06 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 173.04 mg;

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-07-02		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (RYB, SEL), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/glutenowy 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Rukola 10g , Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1920.69 kcal; Białko ogółem: 56.68 g; Tłuszcz ogółem: 75.34 g; Węglowodany ogółem: 268.89 g; Kw. tł. nasycone: 13.46 g; Sól: 2.62 g; Sód: 636.32 mg; Błonnik: 31.30 g; W tym cukry: 45.26 g; WW: 27.16 Por; Potas: 3250.34 mg; Wapń: 209.59 mg; Fosfor: 550.75 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 183.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-07-03 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>), Pasta z kalafiora z jajkiem 60g (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g , Jablko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2509.54 kcal; Białko ogółem: 87.43 g; Tłuszcz ogółem: 71.55 g; Węglowodany ogółem: 319.82 g; Kw. tł. nasycone: 19.02 g; Sól: 6.34 g; Sód: 2412.40 mg; Błonnik: 37.16 g; W tym cukry: 72.94 g; WW: 32.06 Por; Potas: 3307.32 mg; Wapń: 838.71 mg; Fosfor: 1491.81 mg; Żelazo: 10.98 mg; Magnez: 382.04 mg;

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 60g (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g , Jablko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2290.90 kcal; Białko ogółem: 93.82 g; Tłuszcz ogółem: 71.85 g; Węglowodany ogółem: 280.76 g; Kw. tł. nasycone: 17.48 g; Sól: 7.11 g; Sód: 2480.00 mg; Błonnik: 37.91 g; W tym cukry: 60.01 g; WW: 28.14 Por; Potas: 3471.52 mg; Wapń: 932.71 mg; Fosfor: 1672.51 mg; Żelazo: 11.89 mg; Magnez: 423.24 mg;

czwartek 2025-07-03 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 wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 60g (<i>JAJ</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2171.93 kcal; Białko ogółem: 75.81 g; Tłuszcz ogółem: 51.69 g; Węglowodany ogółem: 303.85 g; Kw. tł. nasycone: 11.63 g; Sól: 5.49 g; Sód: 1826.96 mg; Błonnik: 19.26 g; W tym cukry: 48.49 g; WW: 30.52 Por; Potas: 2343.58 mg; Wapń: 390.76 mg; Fosfor: 920.45 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 215.44 mg;

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 60g (<i>JAJ</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.53 kcal; Białko ogółem: 76.85 g; Tłuszcz ogółem: 51.37 g; Węglowodany ogółem: 294.06 g; Kw. tł. nasycone: 9.48 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1826.96 mg; Błonnik: 19.26 g; W tym cukry: 48.49 g; WW: 29.52 Por; Potas: 2343.58 mg; Wapń: 390.76 mg; Fosfor: 920.45 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 215.44 mg;

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 60g (<i>JAJ</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.93 kcal; Białko ogółem: 61.21 g; Tłuszcz ogółem: 58.29 g; Węglowodany ogółem: 288.45 g; Kw. tł. nasycone: 12.09 g; Sól: 3.59 g; Sód: 1068.96 mg; Błonnik: 23.06 g; W tym cukry: 46.09 g; WW: 28.92 Por; Potas: 2119.58 mg; Wapń: 360.76 mg; Fosfor: 772.45 mg; Żelazo: 5.23 mg; Magnez: 179.44 mg;

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyń) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 200ml 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Banan 1szt ,
---	--	------------------------------------

Wartości odżywcze: Kcal: 2346.41 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz ogółem: 65.66 g; Węglowodany ogółem: 294.63 g; Kw. tł. nasycone: 21.00 g; Sól: 1.46 g; Sód: 451.58 mg; Błonnik: 20.20 g; W tym cukry: 76.20 g; WW: 29.83 Por; Potas: 4273.95 mg; Wapń: 564.21 mg; Fosfor: 1262.13 mg; Żelazo: 6.78 mg; Magnez: 313.46 mg;

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 60g (<i>JAJ</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem mix 300g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Dynia duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2060.78 kcal; Białko ogółem: 77.65 g; Tłuszcz ogółem: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 303.06 g; Kw. tł. nasycone: 10.84 g; Sól: 3.77 g; Sód: 1140.04 mg; Błonnik: 21.71 g; W tym cukry: 48.41 g; WW: 30.56 Por; Potas: 2455.41 mg; Wapń: 446.89 mg; Fosfor: 938.61 mg; Żelazo: 7.77 mg; Magnez: 184.50 mg;

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 60g (<i>JAJ</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 100g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2299.69 kcal; Białko ogółem: 92.62 g; Tłuszcz ogółem: 56.47 g; Węglowodany ogółem: 308.32 g; Kw. tł. nasycone: 13.21 g; Sól: 4.96 g; Sód: 1892.34 mg; Błonnik: 19.73 g; W tym cukry: 54.26 g; WW: 30.96 Por; Potas: 2541.36 mg; Wapń: 536.76 mg; Fosfor: 1164.57 mg; Żelazo: 7.79 mg; Magnez: 230.73 mg;

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 60g (<i>JAJ</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1964.03 kcal; Białko ogółem: 70.22 g; Tłuszcz ogółem: 48.92 g; Węglowodany ogółem: 264.00 g; Kw. tł. nasycone: 8.19 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1759.46 mg; Błonnik: 18.36 g; W tym cukry: 40.90 g; WW: 26.49 Por; Potas: 2132.08 mg; Wapń: 210.76 mg; Fosfor: 791.45 mg; Żelazo: 7.28 mg; Magnez: 197.44 mg;

czwartek 2025-07-03 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 wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 60g (<i>JAJ</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa chłopska z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2063.26 kcal; Białko ogółem: 64.82 g; Tłuszcz ogółem: 59.58 g; Węglowodany ogółem: 265.83 g; Kw. tł. nasycone: 10.73 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1068.96 mg; Błonnik: 22.73 g; W tym cukry: 46.09 g; WW: 26.65 Por; Potas: 2119.58 mg; Wapń: 360.76 mg; Fosfor: 772.45 mg; Żelazo: 5.23 mg; Magnez: 179.44 mg;

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 60g (<i>JAJ</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 60g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2060.66 kcal; Białko ogółem: 81.32 g; Tłuszcz ogółem: 73.56 g; Węglowodany ogółem: 273.09 g; Kw. tł. nasycone: 12.39 g; Sól: 6.25 g; Sód: 1908.83 mg; Błonnik: 21.04 g; W tym cukry: 40.36 g; WW: 27.40 Por; Potas: 2452.69 mg; Wapń: 180.04 mg; Fosfor: 911.59 mg; Żelazo: 8.10 mg; Magnez: 234.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-07-04 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>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z ogórka kiszzonego 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>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2195.61 kcal; Białko ogółem: 89.61 g; Tłuszcz ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 325.40 g; Kw. tł. nasycone: 12.70 g; Sól: 6.25 g; Sód: 1685.89 mg; Błonnik: 38.13 g; W tym cukry: 72.50 g; WW: 32.55 Por; Potas: 3947.87 mg; Wapń: 451.56 mg; Fosfor: 1099.50 mg; Żelazo: 12.22 mg; Magnez: 344.83 mg;

piątek 2025-07-04 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>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z ogórka kiszzonego 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1876.23 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz ogółem: 32.09 g; Węglowodany ogółem: 274.99 g; Kw. tł. nasycone: 10.92 g; Sól: 6.33 g; Sód: 1748.27 mg; Błonnik: 38.41 g; W tym cukry: 50.85 g; WW: 27.56 Por; Potas: 3774.57 mg; Wapń: 526.72 mg; Fosfor: 1215.10 mg; Żelazo: 12.38 mg; Magnez: 373.67 mg;

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), 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>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1881.97 kcal; Białko ogółem: 79.45 g; Tłuszcz ogółem: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 286.67 g; Kw. tł. nasycone: 11.79 g; Sól: 4.35 g; Sód: 975.28 mg; Błonnik: 17.68 g; W tym cukry: 51.76 g; WW: 28.84 Por; Potas: 3388.55 mg; Wapń: 373.30 mg; Fosfor: 726.65 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 203.51 mg;

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), 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>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1777.57 kcal; Białko ogółem: 80.49 g; Tłuszcz ogółem: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 276.88 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 4.34 g; Sód: 975.28 mg; Błonnik: 17.68 g; W tym cukry: 51.76 g; WW: 27.84 Por; Potas: 3388.55 mg; Wapń: 373.30 mg; Fosfor: 726.65 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 203.51 mg;

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), 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>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1550.15 kcal; Białko ogółem: 52.90 g; Tłuszcz ogółem: 28.67 g; Węglowodany ogółem: 224.10 g; Kw. tł. nasycone: 8.68 g; Sól: 1.73 g; Sód: 147.98 mg; Błonnik: 20.76 g; W tym cukry: 41.83 g; WW: 22.50 Por; Potas: 2919.75 mg; Wapń: 160.30 mg; Fosfor: 409.15 mg; Żelazo: 4.63 mg; Magnez: 145.61 mg;

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Płynna śniadaniowa 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2168.33 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz ogółem: 66.48 g; Węglowodany ogółem: 267.10 g; Kw. tł. nasycone: 20.93 g; Sól: 1.69 g; Sód: 549.80 mg; Błonnik: 16.77 g; W tym cukry: 75.22 g; WW: 26.98 Por; Potas: 3883.45 mg; Wapń: 837.79 mg; Fosfor: 1462.64 mg; Żelazo: 6.16 mg; Magnez: 277.27 mg;

piątek 2025-07-04Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twarożek z brzoskwinia 40g (MLE), Pasta warzywna 50g ,	Zupa ziemniaczana (papka) 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki puree 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia gotowana na parze puree 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Marchewka duszona (papka) 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan (papka) 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2119.93 kcal; Białko ogółem: 73.64 g; Tłuszcz ogółem: 40.60 g; Węglowodany ogółem: 326.25 g; Kw. tł. nasycone: 18.24 g; Sól: 3.06 g; Sód: 1161.26 mg; Błonnik: 22.28 g; W tym cukry: 76.23 g; WW: 33.00 Por; Potas: 4021.42 mg; Wapń: 420.15 mg; Fosfor: 834.87 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 278.61 mg;

piątek 2025-07-04Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twarożek z brzoskwinia 60g (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2034.19 kcal; Białko ogółem: 84.05 g; Tłuszcz ogółem: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 279.71 g; Kw. tł. nasycone: 22.02 g; Sól: 4.84 g; Sód: 1221.00 mg; Błonnik: 17.72 g; W tym cukry: 54.20 g; WW: 28.11 Por; Potas: 3452.73 mg; Wapń: 423.66 mg; Fosfor: 839.05 mg; Żelazo: 7.38 mg; Magnez: 210.23 mg;

piątek 2025-07-04Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twarożek z brzoskwinia 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1630.49 kcal; Białko ogółem: 73.02 g; Tłuszcz ogółem: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 237.15 g; Kw. tł. nasycone: 8.28 g; Sól: 4.03 g; Sód: 850.38 mg; Błonnik: 14.41 g; W tym cukry: 38.24 g; WW: 23.84 Por; Potas: 2972.47 mg; Wapń: 161.18 mg; Fosfor: 536.69 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 170.13 mg;

piątek 2025-07-04Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twarożek z brzoskwinia 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1920.69 kcal; Białko ogółem: 67.55 g; Tłuszcz ogółem: 32.47 g; Węglowodany ogółem: 293.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.53 g; Sól: 2.42 g; Sód: 205.56 mg; Błonnik: 20.22 g; W tym cukry: 47.30 g; WW: 29.30 Por; Potas: 2156.75 mg; Wapń: 337.56 mg; Fosfor: 577.25 mg; Żelazo: 4.31 mg; Magnez: 127.25 mg;

piątek 2025-07-04Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1720.60 kcal; Białko ogółem: 73.02 g; Tłuszcz ogółem: 48.33 g; Węglowodany ogółem: 264.25 g; Kw. tł. nasycone: 9.34 g; Sól: 5.58 g; Sód: 1040.06 mg; Błonnik: 17.90 g; W tym cukry: 43.54 g; WW: 26.65 Por; Potas: 3359.15 mg; Wapń: 162.00 mg; Fosfor: 590.36 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 196.20 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na miękko kl. M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Ciasto drożdżowe 50g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2343.59 kcal; Białko ogółem: 86.54 g; Tłuszcz ogółem: 61.18 g; Węglowodany ogółem: 306.36 g; Kw. tł. nasycone: 19.69 g; Sól: 7.14 g; Sód: 2164.17 mg; Błonnik: 33.44 g; W tym cukry: 77.57 g; WW: 30.86 Por; Potas: 4114.40 mg; Wapń: 849.09 mg; Fosfor: 1365.51 mg; Żelazo: 13.37 mg; Magnez: 329.44 mg;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), 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 konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na miękko kl. M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.06 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz ogółem: 49.87 g; Węglowodany ogółem: 261.10 g; Kw. tł. nasycone: 14.89 g; Sól: 7.42 g; Sód: 2309.19 mg; Błonnik: 36.61 g; W tym cukry: 53.89 g; WW: 26.35 Por; Potas: 4414.66 mg; Wapń: 883.41 mg; Fosfor: 1363.90 mg; Żelazo: 14.67 mg; Magnez: 373.65 mg;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Miód szukowy 25g 1szt , Banan 1szt , Rukola 10g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.51 kcal; Białko ogółem: 85.43 g; Tłuszcz ogółem: 46.92 g; Węglowodany ogółem: 329.10 g; Kw. tł. nasycone: 12.68 g; Sól: 5.03 g; Sód: 1115.14 mg; Błonnik: 23.72 g; W tym cukry: 82.72 g; WW: 33.36 Por; Potas: 4404.02 mg; Wapń: 565.45 mg; Fosfor: 1020.88 mg; Żelazo: 11.30 mg; Magnez: 303.48 mg;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Banan 1szt , Rukola 10g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2255.11 kcal; Białko ogółem: 88.00 g; Tłuszcz ogółem: 52.74 g; Węglowodany ogółem: 341.29 g; Kw. tł. nasycone: 11.14 g; Sól: 5.14 g; Sód: 1114.41 mg; Błonnik: 22.57 g; W tym cukry: 108.19 g; WW: 34.55 Por; Potas: 4444.78 mg; Wapń: 584.39 mg; Fosfor: 1056.19 mg; Żelazo: 11.90 mg; Magnez: 312.92 mg;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Rukola 10g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2091.61 kcal; Białko ogółem: 60.96 g; Tłuszcz ogółem: 53.41 g; Węglowodany ogółem: 305.02 g; Kw. tł. nasycone: 9.75 g; Sól: 2.92 g; Sód: 262.41 mg; Błonnik: 25.85 g; W tym cukry: 93.29 g; WW: 30.89 Por; Potas: 3884.28 mg; Wapń: 284.39 mg; Fosfor: 679.19 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 248.92 mg;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyńni) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt,
---	--	--

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.46 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz ogółem: 63.10 g; Węglowodany ogółem: 260.64 g; Kw. tł. nasycone: 19.43 g; Sól: 1.42 g; Sód: 484.53 mg; Błonnik: 17.76 g; W tym cukry: 62.52 g; WW: 26.38 Por; Potas: 3745.70 mg; Wapń: 638.56 mg; Fosfor: 1282.68 mg; Żelazo: 5.86 mg; Magnez: 264.41 mg;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Buraczki gotowane (papka) 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) (papka) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze (papka) 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sytko (papka) 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.99 kcal; Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz ogółem: 44.20 g; Węglowodany ogółem: 310.46 g; Kw. tł. nasycone: 13.07 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1177.00 mg; Błonnik: 21.49 g; W tym cukry: 70.59 g; WW: 31.39 Por; Potas: 3101.70 mg; Wapń: 599.89 mg; Fosfor: 989.51 mg; Żelazo: 12.14 mg; Magnez: 228.05 mg;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt , Rukola 10g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2654.29 kcal; Białko ogółem: 102.20 g; Tłuszcz ogółem: 70.92 g; Węglowodany ogółem: 362.30 g; Kw. tł. nasycone: 22.73 g; Sól: 6.92 g; Sód: 1277.61 mg; Błonnik: 23.25 g; W tym cukry: 107.66 g; WW: 36.65 Por; Potas: 4439.28 mg; Wapń: 595.19 mg; Fosfor: 1093.79 mg; Żelazo: 12.07 mg; Magnez: 313.92 mg;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Rukola 10g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2243.82 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz ogółem: 48.28 g; Węglowodany ogółem: 333.10 g; Kw. tł. nasycone: 11.29 g; Sól: 5.13 g; Sód: 1107.24 mg; Błonnik: 19.65 g; W tym cukry: 105.56 g; WW: 33.70 Por; Potas: 4154.14 mg; Wapń: 521.59 mg; Fosfor: 1010.56 mg; Żelazo: 10.69 mg; Magnez: 290.91 mg;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Rukola 10g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1979.13 kcal; Białko ogółem: 60.71 g; Tłuszcz ogółem: 51.01 g; Węglowodany ogółem: 282.21 g; Kw. tł. nasycone: 9.13 g; Sól: 2.77 g; Sód: 208.58 mg; Błonnik: 24.98 g; W tym cukry: 87.85 g; WW: 28.60 Por; Potas: 3803.66 mg; Wapń: 273.31 mg; Fosfor: 617.72 mg; Żelazo: 8.89 mg; Magnez: 236.80 mg;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Rukola 10g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Sok warzywny 300ml 1szt,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2018.65 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz ogółem: 64.62 g; Węglowodany ogółem: 301.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.44 g; Sól: 6.56 g; Sód: 1186.51 mg; Błonnik: 23.20 g; W tym cukry: 81.64 g; WW: 30.57 Por; Potas: 4357.88 mg; Wapń: 259.39 mg; Fosfor: 684.49 mg; Żelazo: 11.82 mg; Magnez: 280.92 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.24 kcal; Białko ogółem: 59.96 g; Tłuszcz ogółem: 45.64 g; Węglowodany ogółem: 337.67 g; Kw. tł. nasycone: 10.64 g; Sól: 4.44 g; Sód: 1553.36 mg; Błonnik: 33.57 g; W tym cukry: 113.63 g; WW: 34.19 Por; Potas: 4205.61 mg; Wapń: 554.45 mg; Fosfor: 1103.98 mg; Żelazo: 11.62 mg; Magnez: 346.09 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1938.89 kcal; Białko ogółem: 88.66 g; Tłuszcz ogółem: 65.13 g; Węglowodany ogółem: 249.72 g; Kw. tł. nasycone: 7.12 g; Sól: 1.11 g; Sód: 300.38 mg; Błonnik: 18.48 g; W tym cukry: 50.02 g; WW: 25.28 Por; Potas: 3072.75 mg; Wapń: 183.61 mg; Fosfor: 945.18 mg; Żelazo: 5.66 mg; Magnez: 209.29 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.85 kcal; Białko ogółem: 85.78 g; Tłuszcz ogółem: 53.02 g; Węglowodany ogółem: 364.41 g; Kw. tł. nasycone: 13.22 g; Sól: 5.14 g; Sód: 1108.65 mg; Błonnik: 19.97 g; W tym cukry: 106.64 g; WW: 36.79 Por; Potas: 3488.27 mg; Wapń: 546.02 mg; Fosfor: 1009.13 mg; Żelazo: 10.78 mg; Magnez: 269.70 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2285.11 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz ogółem: 52.24 g; Węglowodany ogółem: 350.99 g; Kw. tł. nasycone: 12.74 g; Sól: 5.14 g; Sód: 1114.41 mg; Błonnik: 22.57 g; W tym cukry: 108.19 g; WW: 35.55 Por; Potas: 4444.78 mg; Wapń: 584.39 mg; Fosfor: 1056.19 mg; Żelazo: 11.90 mg; Magnez: 312.92 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1994.28 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Tłuszcz ogółem: 51.14 g; Węglowodany ogółem: 260.91 g; Kw. tł. nasycone: 12.08 g; Sól: 5.60 g; Sód: 1578.23 mg; Błonnik: 35.34 g; W tym cukry: 51.96 g; WW: 26.37 Por; Potas: 4622.80 mg; Wapń: 615.42 mg; Fosfor: 1305.32 mg; Żelazo: 15.11 mg; Magnez: 370.69 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1870.16 kcal; Białko ogółem: 58.93 g; Tłuszcz ogółem: 67.58 g; Węglowodany ogółem: 270.29 g; Kw. tł. nasycone: 11.51 g; Sól: 4.54 g; Sód: 374.68 mg; Błonnik: 26.13 g; W tym cukry: 79.16 g; WW: 27.38 Por; Potas: 4074.86 mg; Wapń: 223.91 mg; Fosfor: 500.02 mg; Żelazo: 9.17 mg; Magnez: 237.40 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-07-06Jadłospis 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>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Biskopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2433.04 kcal; Białko ogółem: 73.61 g; Tłuszcz ogółem: 58.87 g; Węglowodany ogółem: 329.71 g; Kw. tł. nasycone: 21.57 g; Sól: 5.29 g; Sód: 1520.39 mg; Błonnik: 40.46 g; W tym cukry: 97.63 g; WW: 33.13 Por; Potas: 4346.12 mg; Wapń: 485.29 mg; Fosfor: 1151.77 mg; Żelazo: 11.31 mg; Magnez: 342.69 mg;

niedziela 2025-07-06Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), 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: 1957.74 kcal; Białko ogółem: 72.34 g; Tłuszcz ogółem: 56.57 g; Węglowodany ogółem: 260.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.86 g; Sól: 5.29 g; Sód: 1588.49 mg; Błonnik: 40.36 g; W tym cukry: 53.53 g; WW: 25.99 Por; Potas: 3867.82 mg; Wapń: 580.69 mg; Fosfor: 1274.77 mg; Żelazo: 11.66 mg; Magnez: 326.19 mg;

niedziela 2025-07-06Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2246.96 kcal; Białko ogółem: 65.96 g; Tłuszcz ogółem: 62.46 g; Węglowodany ogółem: 317.23 g; Kw. tł. nasycone: 25.46 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1435.67 mg; Błonnik: 24.97 g; W tym cukry: 54.20 g; WW: 31.98 Por; Potas: 3247.30 mg; Wapń: 485.91 mg; Fosfor: 919.59 mg; Żelazo: 8.96 mg; Magnez: 213.05 mg;

niedziela 2025-07-06Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Buraczki gotowane plastry 90g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2138.36 kcal; Białko ogółem: 66.82 g; Tłuszcz ogółem: 62.13 g; Węglowodany ogółem: 306.50 g; Kw. tł. nasycone: 23.31 g; Sól: 4.17 g; Sód: 1430.47 mg; Błonnik: 24.75 g; W tym cukry: 53.51 g; WW: 30.88 Por; Potas: 3212.50 mg; Wapń: 481.81 mg; Fosfor: 917.89 mg; Żelazo: 8.79 mg; Magnez: 211.35 mg;

niedziela 2025-07-06Jadłospis 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 i twarogu z szynką 60g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Buraczki gotowane plastry 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.06 kcal; Białko ogółem: 44.07 g; Tłuszcz ogółem: 65.84 g; Węglowodany ogółem: 269.86 g; Kw. tł. nasycone: 24.09 g; Sól: 2.11 g; Sód: 603.17 mg; Błonnik: 27.83 g; W tym cukry: 43.70 g; WW: 27.16 Por; Potas: 2743.70 mg; Wapń: 268.81 mg; Fosfor: 600.39 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 153.45 mg;

niedziela 2025-07-06Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyń) 300ml (<i>MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biskoptami (mix g.budyń) 100ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2065.54 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz ogółem: 59.66 g; Węglowodany ogółem: 280.83 g; Kw. tł. nasycone: 17.57 g; Sól: 1.43 g; Sód: 501.96 mg; Błonnik: 17.25 g; W tym cukry: 83.66 g; WW: 28.37 Por; Potas: 4006.00 mg; Wapń: 693.41 mg; Fosfor: 1356.23 mg; Żelazo: 6.61 mg; Magnez: 270.39 mg;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem (papka) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna 100g ,	Zupa dyniowa z brązowym ryżem 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki (papka) 200g , Marchewka duszona (papka) 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2033.62 kcal; Białko ogółem: 67.04 g; Tłuszcz ogółem: 49.49 g; Węglowodany ogółem: 292.46 g; Kw. tł. nasycone: 20.20 g; Sól: 3.69 g; Sód: 1233.42 mg; Błonnik: 26.06 g; W tym cukry: 41.25 g; WW: 29.53 Por; Potas: 2973.83 mg; Wapń: 454.04 mg; Fosfor: 921.50 mg; Żelazo: 8.45 mg; Magnez: 231.33 mg;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 400ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (SOJ, MLE), Salata masłowa 10g , Buraczki gotowane plastry 90g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2220.25 kcal; Białko ogółem: 77.23 g; Tłuszcz ogółem: 64.41 g; Węglowodany ogółem: 294.23 g; Kw. tł. nasycone: 24.71 g; Sól: 5.97 g; Sód: 1404.57 mg; Błonnik: 23.15 g; W tym cukry: 52.79 g; WW: 29.63 Por; Potas: 3361.90 mg; Wapń: 515.21 mg; Fosfor: 967.99 mg; Żelazo: 9.01 mg; Magnez: 212.25 mg;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.96 kcal; Białko ogółem: 59.51 g; Tłuszcz ogółem: 58.79 g; Węglowodany ogółem: 295.24 g; Kw. tł. nasycone: 22.14 g; Sól: 3.77 g; Sód: 1263.37 mg; Błonnik: 23.17 g; W tym cukry: 73.19 g; WW: 29.79 Por; Potas: 3369.90 mg; Wapń: 245.71 mg; Fosfor: 758.29 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 230.75 mg;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa dyniowa z brązowym ryżem 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Buraczki gotowane plastry 90g , Salata masłowa 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2217.35 kcal; Białko ogółem: 56.63 g; Tłuszcz ogółem: 70.63 g; Węglowodany ogółem: 297.04 g; Kw. tł. nasycone: 24.70 g; Sól: 3.19 g; Sód: 674.22 mg; Błonnik: 30.55 g; W tym cukry: 51.51 g; WW: 29.88 Por; Potas: 3036.36 mg; Wapń: 458.32 mg; Fosfor: 813.16 mg; Żelazo: 6.76 mg; Magnez: 204.74 mg;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 10g , Buraczki gotowane plastry 90g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1893.05 kcal; Białko ogółem: 60.28 g; Tłuszcz ogółem: 57.97 g; Węglowodany ogółem: 294.72 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 5.21 g; Sód: 1228.50 mg; Błonnik: 25.09 g; W tym cukry: 44.90 g; WW: 29.75 Por; Potas: 2972.21 mg; Wapń: 253.19 mg; Fosfor: 669.33 mg; Żelazo: 8.79 mg; Magnez: 190.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka konserwowa 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2309.90 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz ogółem: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 364.41 g; Kw. tł. nasycone: 10.84 g; Sól: 6.54 g; Sód: 2093.99 mg; Błonnik: 39.61 g; W tym cukry: 73.30 g; WW: 36.54 Por; Potas: 3538.22 mg; Wapń: 500.16 mg; Fosfor: 1311.09 mg; Żelazo: 12.19 mg; Magnez: 338.10 mg;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka konserwowa 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2052.82 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz ogółem: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 315.02 g; Kw. tł. nasycone: 10.97 g; Sól: 6.63 g; Sód: 2163.29 mg; Błonnik: 40.63 g; W tym cukry: 54.55 g; WW: 31.58 Por; Potas: 3729.82 mg; Wapń: 594.96 mg; Fosfor: 1495.09 mg; Żelazo: 13.19 mg; Magnez: 381.10 mg;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2172.69 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz ogółem: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 342.93 g; Kw. tł. nasycone: 10.92 g; Sól: 5.34 g; Sód: 1510.31 mg; Błonnik: 26.89 g; W tym cukry: 50.94 g; WW: 34.60 Por; Potas: 3331.34 mg; Wapń: 510.55 mg; Fosfor: 1153.73 mg; Żelazo: 10.19 mg; Magnez: 249.60 mg;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.64 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz ogółem: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 338.89 g; Kw. tł. nasycone: 8.77 g; Sól: 5.32 g; Sód: 1504.51 mg; Błonnik: 27.31 g; W tym cukry: 54.28 g; WW: 34.12 Por; Potas: 3273.14 mg; Wapń: 504.90 mg; Fosfor: 1150.63 mg; Żelazo: 9.94 mg; Magnez: 250.20 mg;

poniedziałek 2025-07-07 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 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1879.14 kcal; Białko ogółem: 72.27 g; Tłuszcz ogółem: 33.34 g; Węglowodany ogółem: 288.13 g; Kw. tł. nasycone: 7.93 g; Sól: 3.15 g; Sód: 679.01 mg; Błonnik: 30.21 g; W tym cukry: 44.29 g; WW: 28.99 Por; Potas: 2837.64 mg; Wapń: 294.90 mg; Fosfor: 873.63 mg; Żelazo: 7.59 mg; Magnez: 196.20 mg;

poniedziałek 2025-07-07 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, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Ryż na mleku z jabłkiem (mix o g.budyiniu) 300g (<i>S02</i>),	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt,
--	--	--

Wartości odżywcze: Kcal: 2705.11 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz ogółem: 71.38 g; Węglowodany ogółem: 391.58 g; Kw. tł. nasycone: 24.15 g; Sól: 1.31 g; Sód: 451.58 mg; Błonnik: 23.74 g; W tym cukry: 57.55 g; WW: 39.52 Por; Potas: 3997.85 mg; Wapń: 572.81 mg; Fosfor: 1370.53 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 294.66 mg;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z zieleciną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko (papka) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1946.89 kcal; Białko ogółem: 84.64 g; Tłuszcz ogółem: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 306.81 g; Kw. tł. nasycone: 10.14 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1111.13 mg; Błonnik: 26.35 g; W tym cukry: 47.41 g; WW: 31.02 Por; Potas: 2860.81 mg; Wapń: 502.70 mg; Fosfor: 1018.37 mg; Żelazo: 9.45 mg; Magnez: 209.42 mg;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2239.87 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz ogółem: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; Kw. tł. nasycone: 10.46 g; Sól: 5.41 g; Sód: 1535.81 mg; Błonnik: 27.61 g; W tym cukry: 57.45 g; WW: 34.31 Por; Potas: 3366.24 mg; Wapń: 583.70 mg; Fosfor: 1239.03 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 258.00 mg;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1874.45 kcal; Białko ogółem: 86.83 g; Tłuszcz ogółem: 24.10 g; Węglowodany ogółem: 288.68 g; Kw. tł. nasycone: 6.99 g; Sól: 4.19 g; Sód: 1057.75 mg; Błonnik: 21.95 g; W tym cukry: 41.90 g; WW: 29.03 Por; Potas: 2541.03 mg; Wapń: 256.63 mg; Fosfor: 940.28 mg; Żelazo: 8.46 mg; Magnez: 183.77 mg;

poniedziałek 2025-07-07 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 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2036.00 kcal; Białko ogółem: 76.43 g; Tłuszcz ogółem: 37.76 g; Węglowodany ogółem: 312.08 g; Kw. tł. nasycone: 9.29 g; Sól: 3.28 g; Sód: 691.56 mg; Błonnik: 29.48 g; W tym cukry: 49.67 g; WW: 31.38 Por; Potas: 2810.06 mg; Wapń: 455.24 mg; Fosfor: 906.85 mg; Żelazo: 7.11 mg; Magnez: 196.82 mg;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2006.20 kcal; Białko ogółem: 80.20 g; Tłuszcz ogółem: 54.02 g; Węglowodany ogółem: 320.59 g; Kw. tł. nasycone: 11.48 g; Sól: 5.64 g; Sód: 1526.75 mg; Błonnik: 27.53 g; W tym cukry: 45.04 g; WW: 32.29 Por; Potas: 3051.54 mg; Wapń: 272.50 mg; Fosfor: 912.73 mg; Żelazo: 10.05 mg; Magnez: 234.10 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka warzywna z ciecierzycą i groszkiem 180g (<i>MLE</i>), Ryż na sytko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatk 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 60g , Salata maslowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1957.68 kcal; Białko ogółem: 60.83 g; Tłuszcz ogółem: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 328.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.18 g; Sól: 5.73 g; Sód: 2069.23 mg; Błonnik: 36.32 g; W tym cukry: 54.29 g; WW: 32.91 Por; Potas: 2832.03 mg; Wapń: 498.54 mg; Fosfor: 1001.87 mg; Żelazo: 9.76 mg; Magnez: 293.15 mg;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa b/ml z mięsem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa b/ml z mięsem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml z mięsem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem na mleku roślinnym b/ml (mix g.budyńiu) 200g ,	Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1415.04 kcal; Białko ogółem: 53.22 g; Tłuszcz ogółem: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 216.50 g; Kw. tł. nasycone: 3.25 g; Sól: 0.54 g; Sód: 188.55 mg; Błonnik: 15.21 g; W tym cukry: 39.54 g; WW: 21.78 Por; Potas: 2155.69 mg; Wapń: 98.49 mg; Fosfor: 668.25 mg; Żelazo: 4.47 mg; Magnez: 141.81 mg;

poniedziałek 2025-07-07 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 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli (100g mięsa, 80g sos) 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sytko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salatk z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.52 kcal; Białko ogółem: 90.85 g; Tłuszcz ogółem: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 344.45 g; Kw. tł. nasycone: 10.46 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1142.64 mg; Błonnik: 27.39 g; W tym cukry: 51.78 g; WW: 34.74 Por; Potas: 3233.96 mg; Wapń: 505.96 mg; Fosfor: 1083.97 mg; Żelazo: 9.91 mg; Magnez: 223.56 mg;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sytko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatk z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2092.29 kcal; Białko ogółem: 95.92 g; Tłuszcz ogółem: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 341.90 g; Kw. tł. nasycone: 10.35 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1158.81 mg; Błonnik: 26.64 g; W tym cukry: 50.94 g; WW: 34.50 Por; Potas: 3281.84 mg; Wapń: 501.55 mg; Fosfor: 1140.23 mg; Żelazo: 9.99 mg; Magnez: 228.10 mg;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sytko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatk z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2006.40 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 33.58 g; Węglowodany ogółem: 296.26 g; Kw. tł. nasycone: 9.08 g; Sól: 6.82 g; Sód: 1786.51 mg; Błonnik: 37.91 g; W tym cukry: 43.50 g; WW: 29.88 Por; Potas: 3751.54 mg; Wapń: 607.65 mg; Fosfor: 1462.43 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 369.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-07		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1870.94 kcal; Białko ogółem: 55.79 g; Tłuszcz ogółem: 59.77 g; Węglowodany ogółem: 291.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.67 g; Sól: 3.18 g; Sód: 600.10 mg; Błonnik: 30.00 g; W tym cukry: 40.22 g; WW: 29.33 Por; Potas: 2554.86 mg; Wapń: 218.34 mg; Fosfor: 646.75 mg; Żelazo: 6.89 mg; Magnez: 175.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa kapuśniak z mieszanej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pieczarkowy 100ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), 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</i> , <i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Biskopty 40g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2407.96 kcal; Białko ogółem: 90.73 g; Tłuszcz ogółem: 58.35 g; Węglowodany ogółem: 304.51 g; Kw. tł. nasycone: 16.78 g; Sól: 6.73 g; Sód: 2172.09 mg; Błonnik: 35.62 g; W tym cukry: 65.50 g; WW: 30.50 Por; Potas: 3534.74 mg; Wapń: 821.54 mg; Fosfor: 1516.94 mg; Żelazo: 11.96 mg; Magnez: 315.17 mg;

wtorek 2025-07-08 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa kapuśniak z mieszanej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2041.08 kcal; Białko ogółem: 90.84 g; Tłuszcz ogółem: 53.45 g; Węglowodany ogółem: 258.66 g; Kw. tł. nasycone: 16.70 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2233.03 mg; Błonnik: 34.96 g; W tym cukry: 46.40 g; WW: 25.82 Por; Potas: 3531.94 mg; Wapń: 893.64 mg; Fosfor: 1581.99 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 345.52 mg;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	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>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopty 30g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2151.62 kcal; Białko ogółem: 81.46 g; Tłuszcz ogółem: 47.86 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.95 g; Sól: 4.24 g; Sód: 1094.62 mg; Błonnik: 19.42 g; W tym cukry: 41.94 g; WW: 29.61 Por; Potas: 3038.26 mg; Wapń: 401.72 mg; Fosfor: 1040.66 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 213.86 mg;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	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>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Biskopty 30g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2047.22 kcal; Białko ogółem: 82.50 g; Tłuszcz ogółem: 47.54 g; Węglowodany ogółem: 284.30 g; Kw. tł. nasycone: 8.80 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1094.62 mg; Błonnik: 19.42 g; W tym cukry: 41.94 g; WW: 28.61 Por; Potas: 3038.26 mg; Wapń: 401.72 mg; Fosfor: 1040.66 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 213.86 mg;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopty 30g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2051.87 kcal; Białko ogółem: 59.81 g; Tłuszcz ogółem: 61.31 g; Węglowodany ogółem: 255.66 g; Kw. tł. nasycone: 10.26 g; Sól: 2.30 g; Sód: 318.82 mg; Błonnik: 23.05 g; W tym cukry: 32.00 g; WW: 25.69 Por; Potas: 2559.01 mg; Wapń: 181.67 mg; Fosfor: 747.31 mg; Żelazo: 6.05 mg; Magnez: 156.66 mg;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biskoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2411.29 kcal; Białko ogółem: 107.15 g; Tłuszcz ogółem: 74.71 g; Węglowodany ogółem: 307.27 g; Kw. tł. nasycone: 25.26 g; Sól: 1.69 g; Sód: 577.01 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 99.32 g; WW: 30.99 Por; Potas: 4131.45 mg; Wapń: 915.34 mg; Fosfor: 1643.91 mg; Żelazo: 7.72 mg; Magnez: 333.19 mg;

wtorek 2025-07-08Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (papka) 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<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 twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.13 kcal; Białko ogółem: 82.47 g; Tłuszcz ogółem: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 289.67 g; Kw. tł. nasycone: 10.30 g; Sól: 4.13 g; Sód: 1123.77 mg; Błonnik: 25.63 g; W tym cukry: 35.83 g; WW: 29.29 Por; Potas: 3030.29 mg; Wapń: 433.11 mg; Fosfor: 1062.55 mg; Żelazo: 9.09 mg; Magnez: 224.45 mg;

wtorek 2025-07-08Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2322.64 kcal; Białko ogółem: 106.72 g; Tłuszcz ogółem: 54.86 g; Węglowodany ogółem: 289.04 g; Kw. tł. nasycone: 13.21 g; Sól: 4.43 g; Sód: 1170.40 mg; Błonnik: 19.66 g; W tym cukry: 48.32 g; WW: 29.09 Por; Potas: 3260.71 mg; Wapń: 578.12 mg; Fosfor: 1359.08 mg; Żelazo: 9.07 mg; Magnez: 232.83 mg;

wtorek 2025-07-08Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1958.12 kcal; Białko ogółem: 75.29 g; Tłuszcz ogółem: 45.03 g; Węglowodany ogółem: 257.86 g; Kw. tł. nasycone: 7.52 g; Sól: 4.07 g; Sód: 1026.37 mg; Błonnik: 18.80 g; W tym cukry: 34.57 g; WW: 25.93 Por; Potas: 2797.76 mg; Wapń: 217.47 mg; Fosfor: 888.41 mg; Żelazo: 8.30 mg; Magnez: 191.36 mg;

wtorek 2025-07-08Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Arbuz 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1875.98 kcal; Białko ogółem: 60.75 g; Tłuszcz ogółem: 46.52 g; Węglowodany ogółem: 264.88 g; Kw. tł. nasycone: 8.96 g; Sól: 3.73 g; Sód: 304.13 mg; Błonnik: 20.35 g; W tym cukry: 38.23 g; WW: 26.59 Por; Potas: 2491.57 mg; Wapń: 340.23 mg; Fosfor: 741.90 mg; Żelazo: 5.42 mg; Magnez: 141.73 mg;

wtorek 2025-07-08Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g ,
II Śniadanie: Sok warzywny 300ml 1szt ,		Posiłek nocny: Arbuz 100g , Wafle ryżowe 10g , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1793.96 kcal; Białko ogółem: 67.51 g; Tłuszcz ogółem: 60.28 g; Węglowodany ogółem: 262.99 g; Kw. tł. nasycone: 9.88 g; Sól: 5.28 g; Sód: 1193.62 mg; Błonnik: 19.52 g; W tym cukry: 43.01 g; WW: 26.46 Por; Potas: 3109.94 mg; Wapń: 171.79 mg; Fosfor: 787.30 mg; Żelazo: 8.82 mg; Magnez: 195.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-07-08			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,			Zupa kapuśniak z mieszanej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto warzywne i groszkiem zielonym (wege) 300g (<i>GLU, SEL</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1958.82 kcal; Białko ogółem: 65.54 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 268.56 g; Kw. tł. nasycone: 14.41 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1981.79 mg; Błonnik: 32.77 g; W tym cukry: 52.22 g; WW: 26.97 Por; Potas: 2630.16 mg; Wapń: 797.55 mg; Fosfor: 1154.21 mg; Żelazo: 10.05 mg; Magnez: 264.21 mg;

wtorek 2025-07-08			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
Płynna kolacyjna b/ml (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Budyń na mleku roślinnym b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1957.53 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz ogółem: 48.68 g; Węglowodany ogółem: 290.22 g; Kw. tł. nasycone: 4.09 g; Sól: 1.00 g; Sód: 387.06 mg; Błonnik: 19.76 g; W tym cukry: 80.60 g; WW: 29.31 Por; Potas: 3891.07 mg; Wapń: 163.08 mg; Fosfor: 1195.53 mg; Żelazo: 6.58 mg; Magnez: 257.44 mg;

wtorek 2025-07-08			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1982.56 kcal; Białko ogółem: 77.94 g; Tłuszcz ogółem: 44.21 g; Węglowodany ogółem: 262.94 g; Kw. tł. nasycone: 10.68 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1156.33 mg; Błonnik: 18.51 g; W tym cukry: 41.18 g; WW: 26.42 Por; Potas: 2244.86 mg; Wapń: 395.29 mg; Fosfor: 959.96 mg; Żelazo: 7.64 mg; Magnez: 179.38 mg;

wtorek 2025-07-08			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2068.35 kcal; Białko ogółem: 81.28 g; Tłuszcz ogółem: 46.91 g; Węglowodany ogółem: 285.25 g; Kw. tł. nasycone: 10.37 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1094.62 mg; Błonnik: 19.42 g; W tym cukry: 41.94 g; WW: 28.71 Por; Potas: 3038.26 mg; Wapń: 401.72 mg; Fosfor: 1040.66 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 213.86 mg;

wtorek 2025-07-08			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1956.43 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz ogółem: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 253.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.28 g; Sól: 5.57 g; Sód: 1370.79 mg; Błonnik: 29.57 g; W tym cukry: 37.02 g; WW: 25.44 Por; Potas: 3358.68 mg; Wapń: 497.80 mg; Fosfor: 1340.43 mg; Żelazo: 11.35 mg; Magnez: 323.05 mg;

wtorek 2025-07-08			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Sok warzywny 300ml 1szt ,			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g ,
			Posiłek nocny: Arbuz 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1706.87 kcal; Białko ogółem: 49.17 g; Tłuszcz ogółem: 69.52 g; Węglowodany ogółem: 232.91 g; Kw. tł. nasycone: 10.22 g; Sól: 3.92 g; Sód: 460.44 mg; Błonnik: 21.15 g; W tym cukry: 31.95 g; WW: 23.44 Por; Potas: 2440.14 mg; Wapń: 119.64 mg; Fosfor: 512.23 mg; Żelazo: 5.37 mg; Magnez: 125.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 30g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Mus owocowy 100g 100g ,	Posiłek nocny: Jabłko 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2474.27 kcal; Białko ogółem: 78.02 g; Tłuszcz ogółem: 67.18 g; Węglowodany ogółem: 336.09 g; Kw. tł. nasycone: 17.33 g; Sól: 6.36 g; Sód: 2138.88 mg; Błonnik: 37.77 g; W tym cukry: 74.21 g; WW: 33.72 Por; Potas: 3994.46 mg; Wapń: 499.59 mg; Fosfor: 1338.48 mg; Żelazo: 13.82 mg; Magnez: 349.84 mg;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ketchup 30g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa warzywna z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Sok warzywny 300ml 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.32 kcal; Białko ogółem: 79.23 g; Tłuszcz ogółem: 64.28 g; Węglowodany ogółem: 271.28 g; Kw. tł. nasycone: 15.60 g; Sól: 6.93 g; Sód: 2399.07 mg; Błonnik: 37.94 g; W tym cukry: 43.68 g; WW: 27.31 Por; Potas: 4183.51 mg; Wapń: 589.89 mg; Fosfor: 1437.13 mg; Żelazo: 13.88 mg; Magnez: 392.58 mg;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Sałata masłowa 10g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2151.14 kcal; Białko ogółem: 75.90 g; Tłuszcz ogółem: 43.60 g; Węglowodany ogółem: 324.17 g; Kw. tł. nasycone: 11.07 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1883.12 mg; Błonnik: 22.28 g; W tym cukry: 43.45 g; WW: 32.68 Por; Potas: 3414.67 mg; Wapń: 481.32 mg; Fosfor: 1128.19 mg; Żelazo: 10.55 mg; Magnez: 289.46 mg;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Sos koperkowy 70ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2046.74 kcal; Białko ogółem: 76.94 g; Tłuszcz ogółem: 43.28 g; Węglowodany ogółem: 314.38 g; Kw. tł. nasycone: 8.92 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1883.12 mg; Błonnik: 22.28 g; W tym cukry: 43.45 g; WW: 31.68 Por; Potas: 3414.67 mg; Wapń: 481.32 mg; Fosfor: 1128.19 mg; Żelazo: 10.55 mg; Magnez: 289.46 mg;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1825.84 kcal; Białko ogółem: 49.83 g; Tłuszcz ogółem: 42.54 g; Węglowodany ogółem: 265.63 g; Kw. tł. nasycone: 7.77 g; Sól: 2.69 g; Sód: 1056.12 mg; Błonnik: 24.01 g; W tym cukry: 33.43 g; WW: 26.76 Por; Potas: 2865.47 mg; Wapń: 255.12 mg; Fosfor: 721.29 mg; Żelazo: 7.03 mg; Magnez: 196.76 mg;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Banan 1szt ,
---	--	------------------------------------

Wartości odżywcze: Kcal: 2218.77 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 335.60 g; Kw. tł. nasycone: 16.57 g; Sól: 1.48 g; Sód: 550.91 mg; Błonnik: 19.87 g; W tym cukry: 128.41 g; WW: 33.93 Por; Potas: 4857.15 mg; Wapń: 827.26 mg; Fosfor: 1486.43 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 347.09 mg;

środa 2025-07-09 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>), Twaróg (papka) 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Marchewka duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2031.64 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz ogółem: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 310.31 g; Kw. tł. nasycone: 11.08 g; Sól: 3.19 g; Sód: 1213.46 mg; Błonnik: 26.39 g; W tym cukry: 43.47 g; WW: 31.35 Por; Potas: 3327.11 mg; Wapń: 596.58 mg; Fosfor: 1175.02 mg; Żelazo: 9.99 mg; Magnez: 272.60 mg;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Sos koperkowy 70ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.67 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz ogółem: 47.49 g; Węglowodany ogółem: 325.32 g; Kw. tł. nasycone: 11.08 g; Sól: 5.88 g; Sód: 1914.92 mg; Błonnik: 22.97 g; W tym cukry: 46.92 g; WW: 32.79 Por; Potas: 3545.67 mg; Wapń: 565.52 mg; Fosfor: 1259.89 mg; Żelazo: 11.03 mg; Magnez: 310.16 mg;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 50g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1916.72 kcal; Białko ogółem: 67.40 g; Tłuszcz ogółem: 38.79 g; Węglowodany ogółem: 283.41 g; Kw. tł. nasycone: 7.28 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1458.78 mg; Błonnik: 19.39 g; W tym cukry: 34.49 g; WW: 28.57 Por; Potas: 2904.61 mg; Wapń: 271.80 mg; Fosfor: 845.71 mg; Żelazo: 8.79 mg; Magnez: 207.42 mg;

środa 2025-07-09 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>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glutenu 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1976.24 kcal; Białko ogółem: 60.57 g; Tłuszcz ogółem: 45.56 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; Kw. tł. nasycone: 9.38 g; Sól: 2.85 g; Sód: 1077.96 mg; Błonnik: 24.62 g; W tym cukry: 41.38 g; WW: 28.71 Por; Potas: 3088.97 mg; Wapń: 433.91 mg; Fosfor: 827.91 mg; Żelazo: 6.89 mg; Magnez: 210.94 mg;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta drobiowa 50g , Miód sztukowy 25g 1szt , Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2011.13 kcal; Białko ogółem: 69.62 g; Tłuszcz ogółem: 65.05 g; Węglowodany ogółem: 296.69 g; Kw. tł. nasycone: 11.54 g; Sól: 5.57 g; Sód: 1939.05 mg; Błonnik: 21.19 g; W tym cukry: 33.73 g; WW: 29.93 Por; Potas: 3235.18 mg; Wapń: 224.52 mg; Fosfor: 849.08 mg; Żelazo: 10.00 mg; Magnez: 246.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-07-09		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica wieprzowa 40g , Salata maslowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glutenu 100g (JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB, SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1963.68 kcal; Białko ogółem: 50.21 g; Tłuszcz ogółem: 66.13 g; Węglowodany ogółem: 298.77 g; Kw. tł. nasycone: 11.70 g; Sól: 3.16 g; Sód: 973.79 mg; Błonnik: 28.02 g; W tym cukry: 69.52 g; WW: 30.20 Por; Potas: 3557.68 mg; Wapń: 190.74 mg; Fosfor: 584.79 mg; Żelazo: 7.48 mg; Magnez: 251.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka Colesław z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka konserwowa 50g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 50g (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2432.27 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz ogółem: 50.36 g; Węglowodany ogółem: 348.66 g; Kw. tł. nasycone: 17.87 g; Sól: 7.02 g; Sód: 2212.95 mg; Błonnik: 36.14 g; W tym cukry: 72.57 g; WW: 34.95 Por; Potas: 3274.82 mg; Wapń: 818.45 mg; Fosfor: 1541.82 mg; Żelazo: 11.51 mg; Magnez: 300.62 mg;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka Colesław z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka konserwowa 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2079.47 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz ogółem: 47.12 g; Węglowodany ogółem: 292.14 g; Kw. tł. nasycone: 14.92 g; Sól: 7.18 g; Sód: 2307.35 mg; Błonnik: 43.70 g; W tym cukry: 52.26 g; WW: 29.32 Por; Potas: 3580.62 mg; Wapń: 906.65 mg; Fosfor: 1772.32 mg; Żelazo: 12.55 mg; Magnez: 428.02 mg;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Banan 1szt , Rukola 10g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2423.69 kcal; Białko ogółem: 82.23 g; Tłuszcz ogółem: 46.69 g; Węglowodany ogółem: 397.14 g; Kw. tł. nasycone: 23.32 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1350.42 mg; Błonnik: 28.38 g; W tym cukry: 91.71 g; WW: 40.01 Por; Potas: 3817.49 mg; Wapń: 438.42 mg; Fosfor: 1103.69 mg; Żelazo: 9.48 mg; Magnez: 302.26 mg;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Rukola 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2310.42 kcal; Białko ogółem: 83.15 g; Tłuszcz ogółem: 46.25 g; Węglowodany ogółem: 378.60 g; Kw. tł. nasycone: 21.14 g; Sól: 5.41 g; Sód: 1350.42 mg; Błonnik: 28.38 g; W tym cukry: 91.71 g; WW: 38.11 Por; Potas: 3817.49 mg; Wapń: 438.42 mg; Fosfor: 1103.69 mg; Żelazo: 9.48 mg; Magnez: 302.26 mg;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Banan 1szt , Rukola 10g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2338.02 kcal; Białko ogółem: 80.07 g; Tłuszcz ogółem: 39.15 g; Węglowodany ogółem: 387.91 g; Kw. tł. nasycone: 18.29 g; Sól: 5.22 g; Sód: 1271.22 mg; Błonnik: 28.38 g; W tym cukry: 91.29 g; WW: 39.07 Por; Potas: 3804.29 mg; Wapń: 427.42 mg; Fosfor: 1079.09 mg; Żelazo: 9.44 mg; Magnez: 300.66 mg;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyń) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 200ml 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2346.41 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz ogółem: 65.66 g; Węglowodany ogółem: 294.63 g; Kw. tł. nasycone: 21.00 g; Sól: 1.46 g; Sód: 451.58 mg; Błonnik: 20.20 g; W tym cukry: 76.20 g; WW: 29.83 Por; Potas: 4273.95 mg; Wapń: 564.21 mg; Fosfor: 1262.13 mg; Żelazo: 6.78 mg; Magnez: 313.46 mg;

czwartek 2025-07-10Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa ziemniaczana (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko (papka) 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2119.92 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz ogółem: 39.57 g; Węglowodany ogółem: 322.23 g; Kw. tł. nasycone: 19.77 g; Sól: 4.54 g; Sód: 1287.75 mg; Błonnik: 26.21 g; W tym cukry: 55.15 g; WW: 32.42 Por; Potas: 3360.55 mg; Wapń: 569.30 mg; Fosfor: 1145.70 mg; Żelazo: 9.39 mg; Magnez: 260.86 mg;

czwartek 2025-07-10Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Rukola 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 80g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2372.92 kcal; Białko ogółem: 107.59 g; Tłuszcz ogółem: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 383.51 g; Kw. tł. nasycone: 11.33 g; Sól: 6.27 g; Sód: 1452.02 mg; Błonnik: 28.38 g; W tym cukry: 95.80 g; WW: 38.61 Por; Potas: 3932.29 mg; Wapń: 544.62 mg; Fosfor: 1323.49 mg; Żelazo: 9.60 mg; Magnez: 311.06 mg;

czwartek 2025-07-10Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Dżem szt - 25g 1szt , Rukola 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1917.83 kcal; Białko ogółem: 69.29 g; Tłuszcz ogółem: 39.04 g; Węglowodany ogółem: 288.45 g; Kw. tł. nasycone: 14.77 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1131.75 mg; Błonnik: 17.63 g; W tym cukry: 39.51 g; WW: 28.90 Por; Potas: 2553.02 mg; Wapń: 178.30 mg; Fosfor: 809.15 mg; Żelazo: 7.28 mg; Magnez: 184.21 mg;

czwartek 2025-07-10Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Banan 1szt , Rukola 10g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli i b/glu 180g (<i>SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2329.22 kcal; Białko ogółem: 68.24 g; Tłuszcz ogółem: 53.45 g; Węglowodany ogółem: 359.53 g; Kw. tł. nasycone: 22.10 g; Sól: 3.52 g; Sód: 591.12 mg; Błonnik: 31.38 g; W tym cukry: 89.14 g; WW: 36.15 Por; Potas: 3507.49 mg; Wapń: 401.47 mg; Fosfor: 889.29 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 251.81 mg;

czwartek 2025-07-10Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Rukola 10g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.03 kcal; Białko ogółem: 83.29 g; Tłuszcz ogółem: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 368.89 g; Kw. tł. nasycone: 10.07 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1193.90 mg; Błonnik: 28.73 g; W tym cukry: 85.39 g; WW: 37.20 Por; Potas: 4005.03 mg; Wapń: 230.83 mg; Fosfor: 992.92 mg; Żelazo: 9.76 mg; Magnez: 298.18 mg;

czwartek 2025-07-10Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , Rukola 10g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z fasolą b/mięsa wege 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.04 kcal; Białko ogółem: 57.41 g; Tłuszcz ogółem: 50.86 g; Węglowodany ogółem: 312.53 g; Kw. tł. nasycone: 22.59 g; Sól: 5.82 g; Sód: 2239.37 mg; Błonnik: 37.19 g; W tym cukry: 55.46 g; WW: 31.32 Por; Potas: 2767.67 mg; Wapń: 738.03 mg; Fosfor: 1151.17 mg; Żelazo: 9.29 mg; Magnez: 277.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-07-10			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (SEL),		Płynna obiadowa 400ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna b/ml (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml ,		Płynna kolacyjna b/ml (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Budyń na mleku roślinnym b/ml 200ml ,		Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	
Posiłek nocny: Banan 1szt ,			

Wartości odżywcze: Kcal: 1919.15 kcal; Białko ogółem: 92.10 g; Tłuszcz ogółem: 45.82 g; Węglowodany ogółem: 296.09 g; Kw. tł. nasycone: 4.05 g; Sól: 0.92 g; Sód: 364.32 mg; Błonnik: 21.02 g; W tym cukry: 92.18 g; WW: 29.98 Por; Potas: 4449.62 mg; Wapń: 165.68 mg; Fosfor: 1157.30 mg; Żelazo: 7.00 mg; Magnez: 307.34 mg;

czwartek 2025-07-10			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
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 60g (SOJ, MLE), Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Rukola 10g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli i b/soli 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 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), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2234.82 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz ogółem: 38.94 g; Węglowodany ogółem: 364.24 g; Kw. tł. nasycone: 18.24 g; Sól: 5.22 g; Sód: 1269.42 mg; Błonnik: 27.66 g; W tym cukry: 91.23 g; WW: 36.70 Por; Potas: 3770.99 mg; Wapń: 424.42 mg; Fosfor: 1038.59 mg; Żelazo: 9.20 mg; Magnez: 296.76 mg;

czwartek 2025-07-10			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Banan 1szt , Rukola 10g , Dżem szt - 25g 1szt ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2263.62 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz ogółem: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 387.82 g; Kw. tł. nasycone: 17.74 g; Sól: 5.21 g; Sód: 1271.22 mg; Błonnik: 28.38 g; W tym cukry: 91.29 g; WW: 39.07 Por; Potas: 3804.29 mg; Wapń: 427.42 mg; Fosfor: 1079.09 mg; Żelazo: 9.44 mg; Magnez: 300.66 mg;

czwartek 2025-07-10			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobową
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Ogórek konserwowy 100g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (GLU, SEL), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka Coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 30g (MLE), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,	
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2102.79 kcal; Białko ogółem: 91.88 g; Tłuszcz ogółem: 42.32 g; Węglowodany ogółem: 309.56 g; Kw. tł. nasycone: 18.57 g; Sól: 6.93 g; Sód: 1950.24 mg; Błonnik: 42.29 g; W tym cukry: 62.26 g; WW: 31.20 Por; Potas: 3549.26 mg; Wapń: 616.68 mg; Fosfor: 1533.40 mg; Żelazo: 12.06 mg; Magnez: 428.56 mg;

czwartek 2025-07-10			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Rukola 10g ,		Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli i b/gliu 180g (SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 30g ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.65 kcal; Białko ogółem: 68.43 g; Tłuszcz ogółem: 54.69 g; Węglowodany ogółem: 346.94 g; Kw. tł. nasycone: 10.57 g; Sól: 3.52 g; Sód: 320.34 mg; Błonnik: 32.72 g; W tym cukry: 82.11 g; WW: 34.94 Por; Potas: 3678.59 mg; Wapń: 193.40 mg; Fosfor: 813.50 mg; Żelazo: 7.05 mg; Magnez: 254.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-07-11 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>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Arbuz 100g ,	Podwieczorek: Biszkopki 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2059.39 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz ogółem: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 290.35 g; Kw. tł. nasycone: 10.15 g; Sól: 5.14 g; Sód: 1487.48 mg; Błonnik: 37.45 g; W tym cukry: 72.52 g; WW: 29.03 Por; Potas: 3493.18 mg; Wapń: 552.47 mg; Fosfor: 1003.48 mg; Żelazo: 10.18 mg; Magnez: 260.71 mg;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 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 1szt (<i>JAJ</i>), Arbuz 100g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1795.10 kcal; Białko ogółem: 79.84 g; Tłuszcz ogółem: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 265.40 g; Kw. tł. nasycone: 8.60 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1529.08 mg; Błonnik: 42.27 g; W tym cukry: 52.56 g; WW: 26.49 Por; Potas: 3811.23 mg; Wapń: 599.57 mg; Fosfor: 1163.58 mg; Żelazo: 11.79 mg; Magnez: 336.91 mg;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 40g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Sałata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane 90g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.47 kcal; Białko ogółem: 78.04 g; Tłuszcz ogółem: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 303.19 g; Kw. tł. nasycone: 9.73 g; Sól: 3.52 g; Sód: 1114.90 mg; Błonnik: 25.01 g; W tym cukry: 76.88 g; WW: 30.57 Por; Potas: 3073.90 mg; Wapń: 569.37 mg; Fosfor: 833.75 mg; Żelazo: 8.65 mg; Magnez: 202.15 mg;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 40g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 90g , Cykoria 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1825.27 kcal; Białko ogółem: 79.11 g; Tłuszcz ogółem: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 293.44 g; Kw. tł. nasycone: 7.86 g; Sól: 3.51 g; Sód: 1114.90 mg; Błonnik: 25.01 g; W tym cukry: 76.88 g; WW: 29.57 Por; Potas: 3073.90 mg; Wapń: 569.37 mg; Fosfor: 833.75 mg; Żelazo: 8.65 mg; Magnez: 202.15 mg;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 40g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 70g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta twarogowa z rzodkiewką 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1700.95 kcal; Białko ogółem: 52.24 g; Tłuszcz ogółem: 27.04 g; Węglowodany ogółem: 276.08 g; Kw. tł. nasycone: 8.33 g; Sól: 1.41 g; Sód: 314.50 mg; Błonnik: 27.80 g; W tym cukry: 70.77 g; WW: 27.77 Por; Potas: 2798.49 mg; Wapń: 496.01 mg; Fosfor: 672.43 mg; Żelazo: 5.22 mg; Magnez: 155.94 mg;

piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
Płynna śniadaniowa 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2168.33 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz ogółem: 66.48 g; Węglowodany ogółem: 267.10 g; Kw. tł. nasycone: 20.93 g; Sól: 1.69 g; Sód: 549.80 mg; Błonnik: 16.77 g; W tym cukry: 75.22 g; WW: 26.98 Por; Potas: 3883.45 mg; Wapń: 837.79 mg; Fosfor: 1462.64 mg; Żelazo: 6.16 mg; Magnez: 277.27 mg;

piątek 2025-07-11Jadłospis 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>), Połędwica miodowa drobiowa 20g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa selerowa z ryżem (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) papka 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki puree 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 50g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1778.39 kcal; Białko ogółem: 75.52 g; Tłuszcz ogółem: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 289.15 g; Kw. tł. nasycone: 8.29 g; Sól: 3.29 g; Sód: 1057.51 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 61.21 g; WW: 29.27 Por; Potas: 2866.28 mg; Wapń: 543.21 mg; Fosfor: 822.69 mg; Żelazo: 7.93 mg; Magnez: 196.61 mg;

piątek 2025-07-11Jadłospis 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>), Połędwica miodowa drobiowa 20g , Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 40g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 60g (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 90g , Cykoria 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2025.64 kcal; Białko ogółem: 84.45 g; Tłuszcz ogółem: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 295.00 g; Kw. tł. nasycone: 18.33 g; Sól: 3.92 g; Sód: 1277.10 mg; Błonnik: 25.17 g; W tym cukry: 78.07 g; WW: 29.71 Por; Potas: 3124.04 mg; Wapń: 600.24 mg; Fosfor: 898.79 mg; Żelazo: 8.80 mg; Magnez: 206.57 mg;

piątek 2025-07-11Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica miodowa drobiowa 20g , Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 40g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1659.04 kcal; Białko ogółem: 67.94 g; Tłuszcz ogółem: 19.68 g; Węglowodany ogółem: 262.44 g; Kw. tł. nasycone: 5.13 g; Sól: 3.07 g; Sód: 940.63 mg; Błonnik: 20.26 g; W tym cukry: 54.85 g; WW: 26.44 Por; Potas: 2310.99 mg; Wapń: 248.88 mg; Fosfor: 566.25 mg; Żelazo: 7.16 mg; Magnez: 151.86 mg;

piątek 2025-07-11Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica miodowa drobiowa 20g , Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 40g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 90g , Cykoria 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1688.57 kcal; Białko ogółem: 55.95 g; Tłuszcz ogółem: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 262.43 g; Kw. tł. nasycone: 6.19 g; Sól: 1.38 g; Sód: 262.90 mg; Błonnik: 28.29 g; W tym cukry: 61.98 g; WW: 26.41 Por; Potas: 2513.40 mg; Wapń: 269.37 mg; Fosfor: 456.75 mg; Żelazo: 6.30 mg; Magnez: 138.15 mg;

piątek 2025-07-11Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta drobiowa 50g , Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 90g , Cykoria 10g ,
II Śniadanie: Sok warzywny 300ml 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Pomarańcza 1/2szt 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1677.73 kcal; Białko ogółem: 64.79 g; Tłuszcz ogółem: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 281.36 g; Kw. tł. nasycone: 8.26 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1246.40 mg; Błonnik: 25.85 g; W tym cukry: 64.90 g; WW: 28.44 Por; Potas: 3089.61 mg; Wapń: 252.38 mg; Fosfor: 615.76 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 192.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-07-11		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Salata maslowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta drobiowa 50g , Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 90g , Cykorja 10g ,
II Śniadanie: Sok warzywny 300ml 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1653.68 kcal; Białko ogółem: 52.43 g; Tłuszcz ogółem: 48.49 g; Węglowodany ogółem: 266.88 g; Kw. tł. nasycone: 8.93 g; Sól: 1.93 g; Sód: 488.40 mg; Błonnik: 29.65 g; W tym cukry: 62.79 g; WW: 26.94 Por; Potas: 2865.61 mg; Wapń: 222.38 mg; Fosfor: 467.76 mg; Żelazo: 6.92 mg; Magnez: 156.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatkaw owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2279.56 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz ogółem: 49.77 g; Węglowodany ogółem: 315.14 g; Kw. tł. nasycone: 18.43 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1987.66 mg; Błonnik: 39.24 g; W tym cukry: 88.64 g; WW: 31.54 Por; Potas: 3922.60 mg; Wapń: 869.28 mg; Fosfor: 1510.44 mg; Żelazo: 11.25 mg; Magnez: 330.11 mg;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa jarzynowa z brązowym ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1894.18 kcal; Białko ogółem: 89.24 g; Tłuszcz ogółem: 45.07 g; Węglowodany ogółem: 251.96 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 6.22 g; Sód: 2023.89 mg; Błonnik: 38.64 g; W tym cukry: 43.09 g; WW: 25.29 Por; Potas: 3605.05 mg; Wapń: 855.94 mg; Fosfor: 1583.04 mg; Żelazo: 11.46 mg; Magnez: 374.55 mg;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szyntełki delikatesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatkaw owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2018.19 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 290.68 g; Kw. tł. nasycone: 13.14 g; Sól: 5.83 g; Sód: 1796.53 mg; Błonnik: 23.40 g; W tym cukry: 63.26 g; WW: 29.19 Por; Potas: 3634.98 mg; Wapń: 539.28 mg; Fosfor: 1118.59 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 274.56 mg;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szyntełki delikatesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatkaw owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1905.74 kcal; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz ogółem: 37.60 g; Węglowodany ogółem: 280.32 g; Kw. tł. nasycone: 10.92 g; Sól: 5.60 g; Sód: 1796.53 mg; Błonnik: 23.40 g; W tym cukry: 63.20 g; WW: 28.13 Por; Potas: 3634.98 mg; Wapń: 539.28 mg; Fosfor: 1118.59 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 274.56 mg;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatkaw owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1695.71 kcal; Białko ogółem: 53.51 g; Tłuszcz ogółem: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 243.61 g; Kw. tł. nasycone: 9.21 g; Sól: 2.94 g; Sód: 933.16 mg; Błonnik: 26.68 g; W tym cukry: 48.20 g; WW: 24.42 Por; Potas: 2999.61 mg; Wapń: 238.30 mg; Fosfor: 692.00 mg; Żelazo: 5.84 mg; Magnez: 203.70 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-07-12			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, MLE, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.46 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz ogółem: 63.10 g; Węglowodany ogółem: 260.64 g; Kw. tł. nasycone: 19.43 g; Sól: 1.42 g; Sód: 484.53 mg; Błonnik: 17.76 g; W tym cukry: 62.52 g; WW: 26.38 Por; Potas: 3745.70 mg; Wapń: 638.56 mg; Fosfor: 1282.68 mg; Żelazo: 5.86 mg; Magnez: 264.41 mg;

sobota 2025-07-12			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Pasta warzywna 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) (papka) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki (papka) 200g , Marchewka duszona (papka) 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg (papka) 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
		Posiłek nocny: Salátka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.39 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz ogółem: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 297.61 g; Kw. tł. nasycone: 12.62 g; Sól: 3.19 g; Sód: 1169.53 mg; Błonnik: 24.63 g; W tym cukry: 67.91 g; WW: 30.00 Por; Potas: 3751.51 mg; Wapń: 557.26 mg; Fosfor: 1175.27 mg; Żelazo: 9.44 mg; Magnez: 254.32 mg;

sobota 2025-07-12			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Szyńka delikatesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2062.94 kcal; Białko ogółem: 96.01 g; Tłuszcz ogółem: 39.80 g; Węglowodany ogółem: 291.59 g; Kw. tł. nasycone: 14.19 g; Sól: 5.65 g; Sód: 1814.13 mg; Błonnik: 23.40 g; W tym cukry: 64.48 g; WW: 29.29 Por; Potas: 3680.18 mg; Wapń: 576.88 mg; Fosfor: 1209.39 mg; Żelazo: 8.35 mg; Magnez: 278.16 mg;

sobota 2025-07-12			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ser mozzarella 30g (MLE), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1897.59 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz ogółem: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 277.20 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 3.43 g; Sód: 1085.78 mg; Błonnik: 21.19 g; W tym cukry: 63.89 g; WW: 27.83 Por; Potas: 3470.63 mg; Wapń: 485.33 mg; Fosfor: 1056.69 mg; Żelazo: 8.07 mg; Magnez: 219.81 mg;

sobota 2025-07-12			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1799.47 kcal; Białko ogółem: 65.87 g; Tłuszcz ogółem: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 254.02 g; Kw. tł. nasycone: 9.85 g; Sól: 3.09 g; Sód: 953.44 mg; Błonnik: 26.55 g; W tym cukry: 48.81 g; WW: 25.46 Por; Potas: 3088.92 mg; Wapń: 256.94 mg; Fosfor: 781.47 mg; Żelazo: 5.88 mg; Magnez: 211.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-07-12			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. krojone ze szczypiorkiem 1szt (<i>JAJ</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta drobiowa 60g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,			
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1935.15 kcal; Białko ogółem: 83.87 g; Tłuszcz ogółem: 59.22 g; Węglowodany ogółem: 279.44 g; Kw. tł. nasycone: 10.98 g; Sól: 6.25 g; Sód: 1864.27 mg; Błonnik: 24.74 g; W tym cukry: 52.02 g; WW: 28.07 Por; Potas: 3695.43 mg; Wapń: 248.37 mg; Fosfor: 964.14 mg; Żelazo: 9.24 mg; Magnez: 271.34 mg;

sobota 2025-07-12			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ser topiony 1szt (<i>MLE</i>), Papryka konserwowa 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2134.76 kcal; Białko ogółem: 67.80 g; Tłuszcz ogółem: 58.72 g; Węglowodany ogółem: 298.83 g; Kw. tł. nasycone: 19.52 g; Sól: 7.78 g; Sód: 2597.97 mg; Błonnik: 36.69 g; W tym cukry: 60.08 g; WW: 29.97 Por; Potas: 3081.51 mg; Wapń: 917.85 mg; Fosfor: 1249.07 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 303.15 mg;

sobota 2025-07-12			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze mięsny) 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna b/ml na wywarze mięsny 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),			
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,		Podwieczorek: Budyń waniliowy z owocami na ml. roślinnym 200ml (<i>SOJ</i>),	
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1938.89 kcal; Białko ogółem: 88.66 g; Tłuszcz ogółem: 65.13 g; Węglowodany ogółem: 249.72 g; Kw. tł. nasycone: 7.12 g; Sól: 1.11 g; Sód: 300.38 mg; Błonnik: 18.48 g; W tym cukry: 50.02 g; WW: 25.28 Por; Potas: 3072.75 mg; Wapń: 183.61 mg; Fosfor: 945.18 mg; Żelazo: 5.66 mg; Magnez: 209.29 mg;

sobota 2025-07-12			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2089.86 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; Tłuszcz ogółem: 38.48 g; Węglowodany ogółem: 307.88 g; Kw. tł. nasycone: 13.16 g; Sól: 3.67 g; Sód: 1185.27 mg; Błonnik: 25.59 g; W tym cukry: 71.33 g; WW: 30.97 Por; Potas: 4100.76 mg; Wapń: 586.54 mg; Fosfor: 1234.14 mg; Żelazo: 9.82 mg; Magnez: 267.31 mg;

sobota 2025-07-12			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1953.21 kcal; Białko ogółem: 85.60 g; Tłuszcz ogółem: 36.73 g; Węglowodany ogółem: 305.93 g; Kw. tł. nasycone: 12.29 g; Sól: 3.57 g; Sód: 1145.53 mg; Błonnik: 25.10 g; W tym cukry: 70.00 g; WW: 30.79 Por; Potas: 3883.98 mg; Wapń: 562.28 mg; Fosfor: 1108.59 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 248.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salata maslowa 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Salátka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1876.05 kcal; Białko ogółem: 93.38 g; Tłuszcz ogółem: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 260.17 g; Kw. tł. nasycone: 11.56 g; Sól: 6.69 g; Sód: 2051.43 mg; Błonnik: 33.76 g; W tym cukry: 48.67 g; WW: 26.13 Por; Potas: 3669.04 mg; Wapń: 563.68 mg; Fosfor: 1370.55 mg; Żelazo: 10.90 mg; Magnez: 376.14 mg;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta drobiowa 50g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/glu 60ml , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopočka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1822.64 kcal; Białko ogółem: 63.70 g; Tłuszcz ogółem: 63.77 g; Węglowodany ogółem: 256.04 g; Kw. tł. nasycone: 10.36 g; Sól: 4.54 g; Sód: 983.66 mg; Błonnik: 28.94 g; W tym cukry: 49.27 g; WW: 25.69 Por; Potas: 3393.03 mg; Wapń: 210.59 mg; Fosfor: 766.66 mg; Żelazo: 6.54 mg; Magnez: 225.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2342.32 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz ogółem: 56.18 g; Węglowodany ogółem: 296.90 g; Kw. tł. nasycone: 18.98 g; Sól: 5.81 g; Sód: 1607.40 mg; Błonnik: 38.74 g; W tym cukry: 68.30 g; WW: 29.78 Por; Potas: 4340.68 mg; Wapń: 573.96 mg; Fosfor: 1216.86 mg; Żelazo: 11.76 mg; Magnez: 310.60 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2084.98 kcal; Białko ogółem: 91.35 g; Tłuszcz ogółem: 52.17 g; Węglowodany ogółem: 259.07 g; Kw. tł. nasycone: 16.81 g; Sól: 5.83 g; Sód: 1650.08 mg; Błonnik: 40.45 g; W tym cukry: 44.61 g; WW: 25.99 Por; Potas: 4399.12 mg; Wapń: 577.62 mg; Fosfor: 1295.34 mg; Żelazo: 12.68 mg; Magnez: 342.46 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 10g , Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Pomarańcza 1/2szt 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2513.25 kcal; Białko ogółem: 94.81 g; Tłuszcz ogółem: 58.37 g; Węglowodany ogółem: 364.00 g; Kw. tł. nasycone: 21.63 g; Sól: 3.42 g; Sód: 1258.28 mg; Błonnik: 27.36 g; W tym cukry: 94.13 g; WW: 36.74 Por; Potas: 4365.66 mg; Wapń: 542.42 mg; Fosfor: 1061.36 mg; Żelazo: 9.64 mg; Magnez: 298.91 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Pomarańcza 1/2szt 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2246.17 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz ogółem: 40.23 g; Węglowodany ogółem: 350.05 g; Kw. tł. nasycone: 9.16 g; Sól: 4.43 g; Sód: 1110.88 mg; Błonnik: 28.26 g; W tym cukry: 92.34 g; WW: 35.30 Por; Potas: 4227.26 mg; Wapń: 505.42 mg; Fosfor: 938.16 mg; Żelazo: 8.46 mg; Magnez: 277.71 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 60g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pomidor b/skóry 50g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Pomarańcza 1/2szt 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2299.76 kcal; Białko ogółem: 61.98 g; Tłuszcz ogółem: 53.21 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; Kw. tł. nasycone: 10.95 g; Sól: 2.60 g; Sód: 376.83 mg; Błonnik: 32.33 g; W tym cukry: 93.74 g; WW: 35.39 Por; Potas: 3829.42 mg; Wapń: 479.74 mg; Fosfor: 738.46 mg; Żelazo: 6.59 mg; Magnez: 242.87 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.bydyniu) 100ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2065.54 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz ogółem: 59.66 g; Węglowodany ogółem: 280.83 g; Kw. tł. nasycone: 17.57 g; Sól: 1.43 g; Sód: 501.96 mg; Błonnik: 17.25 g; W tym cukry: 83.66 g; WW: 28.37 Por; Potas: 4006.00 mg; Wapń: 693.41 mg; Fosfor: 1356.23 mg; Żelazo: 6.61 mg; Magnez: 270.39 mg;

niedziela 2025-07-13Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Rosół z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona (papka) 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Brokuł gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1989.79 kcal; Białko ogółem: 94.38 g; Tłuszcz ogółem: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 287.47 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1056.29 mg; Błonnik: 25.28 g; W tym cukry: 44.99 g; WW: 29.02 Por; Potas: 3320.44 mg; Wapń: 496.87 mg; Fosfor: 882.51 mg; Żelazo: 7.80 mg; Magnez: 209.12 mg;

niedziela 2025-07-13Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 120g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Pomarańcza 1/2szt 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2444.28 kcal; Białko ogółem: 111.40 g; Tłuszcz ogółem: 48.92 g; Węglowodany ogółem: 351.57 g; Kw. tł. nasycone: 11.74 g; Sól: 4.18 g; Sód: 1144.44 mg; Błonnik: 28.26 g; W tym cukry: 93.56 g; WW: 35.45 Por; Potas: 4381.66 mg; Wapń: 544.42 mg; Fosfor: 1079.08 mg; Żelazo: 8.80 mg; Magnez: 287.19 mg;

niedziela 2025-07-13Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , 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: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2349.86 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz ogółem: 57.53 g; Węglowodany ogółem: 329.17 g; Kw. tł. nasycone: 19.80 g; Sól: 3.39 g; Sód: 1247.29 mg; Błonnik: 21.63 g; W tym cukry: 80.14 g; WW: 33.13 Por; Potas: 3561.81 mg; Wapń: 427.15 mg; Fosfor: 882.10 mg; Żelazo: 6.73 mg; Magnez: 237.14 mg;

niedziela 2025-07-13Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2195.21 kcal; Białko ogółem: 66.25 g; Tłuszcz ogółem: 56.56 g; Węglowodany ogółem: 312.16 g; Kw. tł. nasycone: 17.83 g; Sól: 1.13 g; Sód: 395.64 mg; Błonnik: 29.16 g; W tym cukry: 73.84 g; WW: 31.49 Por; Potas: 3759.53 mg; Wapń: 230.72 mg; Fosfor: 652.85 mg; Żelazo: 6.91 mg; Magnez: 227.18 mg;

niedziela 2025-07-13Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasta drobiowa 30g , Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Pomarańcza 1/2szt 100g , Sok owocowy 200ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2259.33 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz ogółem: 67.14 g; Węglowodany ogółem: 340.40 g; Kw. tł. nasycone: 13.15 g; Sól: 5.28 g; Sód: 1147.37 mg; Błonnik: 27.68 g; W tym cukry: 76.18 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4143.93 mg; Wapń: 257.63 mg; Fosfor: 848.27 mg; Żelazo: 9.91 mg; Magnez: 278.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem b/mięsa 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Pomarańcza 1/2szt 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2122.19 kcal; Białko ogółem: 57.95 g; Tłuszcz ogółem: 45.13 g; Węglowodany ogółem: 313.40 g; Kw. tł. nasycone: 9.82 g; Sól: 3.42 g; Sód: 1157.89 mg; Błonnik: 38.49 g; W tym cukry: 64.04 g; WW: 31.46 Por; Potas: 3714.68 mg; Wapń: 584.29 mg; Fosfor: 1009.10 mg; Żelazo: 10.09 mg; Magnez: 270.19 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn		
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml na wywarze mięsnym 500ml (<i>GLU, JAJ</i>),	Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml z mięsem 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyn waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Ryż na mleku roślinnym z jabłkami 200ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2044.23 kcal; Białko ogółem: 87.37 g; Tłuszcz ogółem: 63.22 g; Węglowodany ogółem: 291.12 g; Kw. tł. nasycone: 6.83 g; Sól: 1.15 g; Sód: 355.35 mg; Błonnik: 18.30 g; W tym cukry: 64.48 g; WW: 29.39 Por; Potas: 3589.13 mg; Wapń: 324.31 mg; Fosfor: 1115.38 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 242.33 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Brokuł gotowany na parze b/soli 100g , Marchewka duszona z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Pomarańcza 1/2szt 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2383.55 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 360.79 g; Kw. tł. nasycone: 11.51 g; Sól: 4.44 g; Sód: 1112.10 mg; Błonnik: 28.71 g; W tym cukry: 92.62 g; WW: 36.39 Por; Potas: 4293.24 mg; Wapń: 512.52 mg; Fosfor: 948.92 mg; Żelazo: 8.60 mg; Magnez: 281.58 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 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 złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko gotowane 150g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.59 kcal; Białko ogółem: 68.75 g; Tłuszcz ogółem: 46.98 g; Węglowodany ogółem: 367.26 g; Kw. tł. nasycone: 17.76 g; Sól: 4.62 g; Sód: 1189.48 mg; Błonnik: 29.36 g; W tym cukry: 98.92 g; WW: 37.04 Por; Potas: 3725.66 mg; Wapń: 493.42 mg; Fosfor: 727.26 mg; Żelazo: 7.33 mg; Magnez: 244.01 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.41 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz ogółem: 54.52 g; Węglowodany ogółem: 304.05 g; Kw. tł. nasycone: 17.47 g; Sól: 6.40 g; Sód: 1946.85 mg; Błonnik: 45.57 g; W tym cukry: 50.51 g; WW: 30.61 Por; Potas: 4727.16 mg; Wapń: 613.63 mg; Fosfor: 1434.85 mg; Żelazo: 15.11 mg; Magnez: 400.49 mg;

niedziela 2025-07-13 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasta drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Pomarańcza 1/2szt 100g , Sok owocowy 200ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.05 kcal; Białko ogółem: 65.26 g; Tłuszcz ogółem: 73.22 g; Węglowodany ogółem: 329.62 g; Kw. tł. nasycone: 14.33 g; Sól: 2.51 g; Sód: 276.08 mg; Błonnik: 30.60 g; W tym cukry: 73.36 g; WW: 33.29 Por; Potas: 3879.01 mg; Wapń: 224.33 mg; Fosfor: 676.09 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 236.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów