

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-07-14Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2412.02 kcal; Białko ogółem: 71.28 g; Tłuszcz ogółem: 52.65 g; Węglowodany ogółem: 350.54 g; Kw. tł. nasycone: 13.75 g; Sól: 6.84 g; Sód: 1772.39 mg; Błonnik: 36.60 g; W tym cukry: 97.70 g; WW: 35.16 Por; Potas: 2949.33 mg; Wapń: 628.87 mg; Fosfor: 1137.55 mg; Żelazo: 9.77 mg; Magnez: 261.49 mg;

poniedziałek 2025-07-14Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron pełnoziarnisty z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej 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>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2077.94 kcal; Białko ogółem: 72.46 g; Tłuszcz ogółem: 49.65 g; Węglowodany ogółem: 295.99 g; Kw. tł. nasycone: 10.78 g; Sól: 6.84 g; Sód: 1807.49 mg; Błonnik: 38.00 g; W tym cukry: 54.33 g; WW: 29.66 Por; Potas: 3015.53 mg; Wapń: 608.47 mg; Fosfor: 1236.55 mg; Żelazo: 10.77 mg; Magnez: 294.49 mg;

poniedziałek 2025-07-14Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2389.17 kcal; Białko ogółem: 76.52 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 365.76 g; Kw. tł. nasycone: 12.81 g; Sól: 6.77 g; Sód: 1772.45 mg; Błonnik: 23.83 g; W tym cukry: 103.86 g; WW: 36.91 Por; Potas: 3226.92 mg; Wapń: 607.59 mg; Fosfor: 899.15 mg; Żelazo: 7.09 mg; Magnez: 269.82 mg;

poniedziałek 2025-07-14Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2263.86 kcal; Białko ogółem: 76.23 g; Tłuszcz ogółem: 51.65 g; Węglowodany ogółem: 355.64 g; Kw. tł. nasycone: 10.66 g; Sól: 6.43 g; Sód: 1772.45 mg; Błonnik: 23.83 g; W tym cukry: 103.80 g; WW: 35.88 Por; Potas: 3226.92 mg; Wapń: 607.59 mg; Fosfor: 899.15 mg; Żelazo: 7.09 mg; Magnez: 269.82 mg;

poniedziałek 2025-07-14Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.78 kcal; Białko ogółem: 49.76 g; Tłuszcz ogółem: 49.90 g; Węglowodany ogółem: 327.64 g; Kw. tł. nasycone: 12.29 g; Sól: 3.51 g; Sód: 999.82 mg; Błonnik: 26.30 g; W tym cukry: 99.43 g; WW: 33.03 Por; Potas: 2888.06 mg; Wapń: 538.64 mg; Fosfor: 676.29 mg; Żelazo: 4.66 mg; Magnez: 226.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-14			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>),	
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 2025-07-14			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa krem z białych warzyw mix 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym papka 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2406.17 kcal; Białko ogółem: 80.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.23 g; Węglowodany ogółem: 341.09 g; Kw. tł. nasycone: 31.58 g; Sól: 5.42 g; Sód: 2081.33 mg; Błonnik: 21.36 g; W tym cukry: 87.11 g; WW: 34.40 Por; Potas: 2431.83 mg; Wapń: 644.10 mg; Fosfor: 1039.43 mg; Żelazo: 6.72 mg; Magnez: 218.71 mg;

poniedziałek 2025-07-14			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pasta z jajka z zieleniną 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2519.58 kcal; Białko ogółem: 92.04 g; Tłuszcz ogółem: 64.76 g; Węglowodany ogółem: 357.64 g; Kw. tł. nasycone: 17.42 g; Sól: 8.09 g; Sód: 2138.92 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 104.02 g; WW: 36.07 Por; Potas: 3262.17 mg; Wapń: 937.23 mg; Fosfor: 1109.85 mg; Żelazo: 7.39 mg; Magnez: 282.61 mg;

poniedziałek 2025-07-14			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 0g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2247.55 kcal; Białko ogółem: 75.22 g; Tłuszcz ogółem: 47.55 g; Węglowodany ogółem: 343.01 g; Kw. tł. nasycone: 10.72 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1008.99 mg; Błonnik: 19.60 g; W tym cukry: 96.85 g; WW: 34.57 Por; Potas: 2811.01 mg; Wapń: 552.52 mg; Fosfor: 837.30 mg; Żelazo: 5.91 mg; Magnez: 210.39 mg;

poniedziałek 2025-07-14			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron b/glutenu z brokulem i ser białym 400g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2082.20 kcal; Białko ogółem: 46.99 g; Tłuszcz ogółem: 47.43 g; Węglowodany ogółem: 327.11 g; Kw. tł. nasycone: 9.45 g; Sól: 3.72 g; Sód: 912.85 mg; Błonnik: 24.11 g; W tym cukry: 78.37 g; WW: 32.96 Por; Potas: 2666.22 mg; Wapń: 282.49 mg; Fosfor: 537.15 mg; Żelazo: 4.74 mg; Magnez: 205.82 mg;

poniedziałek 2025-07-14			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Sok owocowy 200ml 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.95 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz ogółem: 50.22 g; Węglowodany ogółem: 337.14 g; Kw. tł. nasycone: 10.48 g; Sól: 6.84 g; Sód: 1743.64 mg; Błonnik: 21.41 g; W tym cukry: 73.10 g; WW: 34.05 Por; Potas: 3080.81 mg; Wapń: 187.94 mg; Fosfor: 698.75 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 267.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-14 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kocktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.33 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz ogółem: 60.93 g; Węglowodany ogółem: 314.72 g; Kw. tł. nasycone: 21.33 g; Sól: 5.47 g; Sód: 2007.33 mg; Błonnik: 34.10 g; W tym cukry: 78.75 g; WW: 31.62 Por; Potas: 2899.47 mg; Wapń: 1122.47 mg; Fosfor: 1394.65 mg; Żelazo: 9.24 mg; Magnez: 252.79 mg;

poniedziałek 2025-07-14 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.budyniu) 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 2025-07-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym b/soli 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną b/soli 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2356.57 kcal; Białko ogółem: 77.98 g; Tłuszcz ogółem: 52.92 g; Węglowodany ogółem: 375.22 g; Kw. tł. nasycone: 12.39 g; Sól: 5.16 g; Sód: 1136.30 mg; Błonnik: 26.06 g; W tym cukry: 112.11 g; WW: 37.90 Por; Potas: 3536.22 mg; Wapń: 651.39 mg; Fosfor: 910.15 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 248.01 mg;

poniedziałek 2025-07-14 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2390.34 kcal; Białko ogółem: 84.75 g; Tłuszcz ogółem: 54.45 g; Węglowodany ogółem: 366.31 g; Kw. tł. nasycone: 13.35 g; Sól: 5.17 g; Sód: 1139.40 mg; Błonnik: 25.70 g; W tym cukry: 112.07 g; WW: 37.00 Por; Potas: 3540.92 mg; Wapń: 671.39 mg; Fosfor: 982.50 mg; Żelazo: 8.61 mg; Magnez: 248.12 mg;

poniedziałek 2025-07-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.55 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz ogółem: 54.49 g; Węglowodany ogółem: 286.28 g; Kw. tł. nasycone: 10.99 g; Sól: 8.11 g; Sód: 2028.65 mg; Błonnik: 34.83 g; W tym cukry: 48.99 g; WW: 28.77 Por; Potas: 2966.62 mg; Wapń: 611.69 mg; Fosfor: 1164.45 mg; Żelazo: 9.94 mg; Magnez: 320.72 mg;

poniedziałek 2025-07-14 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Poledwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Makaron bezglutenowy 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/glu 100ml , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta z jajka z zieleniną 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1966.34 kcal; Białko ogółem: 58.38 g; Tłuszcz ogółem: 58.46 g; Węglowodany ogółem: 311.95 g; Kw. tł. nasycone: 12.49 g; Sól: 4.61 g; Sód: 862.66 mg; Błonnik: 21.51 g; W tym cukry: 70.48 g; WW: 31.46 Por; Potas: 2862.18 mg; Wapń: 148.06 mg; Fosfor: 524.25 mg; Żelazo: 4.80 mg; Magnez: 225.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-07-15Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 100g (<i>MLE</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paszтет drobiowy zapiekany 30g , Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2618.44 kcal; Białko ogółem: 82.98 g; Tłuszcz ogółem: 76.75 g; Węglowodany ogółem: 334.50 g; Kw. tł. nasycone: 27.91 g; Sól: 5.22 g; Sód: 1810.37 mg; Błonnik: 31.07 g; W tym cukry: 99.85 g; WW: 33.58 Por; Potas: 4180.61 mg; Wapń: 497.41 mg; Fosfor: 1387.00 mg; Żelazo: 14.36 mg; Magnez: 348.56 mg;

wtorek 2025-07-15Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 100g (<i>MLE</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Paszтет drobiowy zapiekany 30g , Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2122.91 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz ogółem: 72.11 g; Węglowodany ogółem: 252.32 g; Kw. tł. nasycone: 24.97 g; Sól: 5.74 g; Sód: 1861.63 mg; Błonnik: 30.84 g; W tym cukry: 48.91 g; WW: 25.38 Por; Potas: 4208.75 mg; Wapń: 540.99 mg; Fosfor: 1363.90 mg; Żelazo: 14.10 mg; Magnez: 349.02 mg;

wtorek 2025-07-15Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 100g (<i>MLE</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Arbuz 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2370.99 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz ogółem: 72.95 g; Węglowodany ogółem: 308.84 g; Kw. tł. nasycone: 27.85 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1342.52 mg; Błonnik: 18.34 g; W tym cukry: 70.17 g; WW: 31.08 Por; Potas: 3674.27 mg; Wapń: 455.25 mg; Fosfor: 1120.75 mg; Żelazo: 10.69 mg; Magnez: 257.34 mg;

wtorek 2025-07-15Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 100g (<i>MLE</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Arbuz 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.59 kcal; Białko ogółem: 79.67 g; Tłuszcz ogółem: 72.63 g; Węglowodany ogółem: 299.05 g; Kw. tł. nasycone: 25.70 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1342.52 mg; Błonnik: 18.34 g; W tym cukry: 70.17 g; WW: 30.08 Por; Potas: 3674.27 mg; Wapń: 455.25 mg; Fosfor: 1120.75 mg; Żelazo: 10.69 mg; Magnez: 257.34 mg;

wtorek 2025-07-15Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 100g (<i>MLE</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1932.89 kcal; Białko ogółem: 49.92 g; Tłuszcz ogółem: 64.37 g; Węglowodany ogółem: 241.42 g; Kw. tł. nasycone: 19.54 g; Sól: 1.60 g; Sód: 435.32 mg; Błonnik: 19.77 g; W tym cukry: 52.13 g; WW: 24.32 Por; Potas: 2981.87 mg; Wapń: 212.05 mg; Fosfor: 680.25 mg; Żelazo: 6.93 mg; Magnez: 161.04 mg;

wtorek 2025-07-15Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, 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 biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 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 2025-07-15Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami (papka) 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy (papka) 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2273.12 kcal; Białko ogółem: 77.16 g; Tłuszcz ogółem: 68.26 g; Węglowodany ogółem: 298.51 g; Kw. tł. nasycone: 31.51 g; Sól: 3.77 g; Sód: 1447.97 mg; Błonnik: 20.75 g; W tym cukry: 65.15 g; WW: 30.11 Por; Potas: 3288.00 mg; Wapń: 425.83 mg; Fosfor: 1164.96 mg; Żelazo: 8.91 mg; Magnez: 260.25 mg;

wtorek 2025-07-15Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twarożek z brzoskwinia 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 100g (<i>MLE</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Arbuz 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2440.26 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz ogółem: 75.70 g; Węglowodany ogółem: 303.57 g; Kw. tł. nasycone: 27.33 g; Sól: 5.82 g; Sód: 1350.64 mg; Błonnik: 18.38 g; W tym cukry: 71.88 g; WW: 30.55 Por; Potas: 3698.85 mg; Wapń: 472.61 mg; Fosfor: 1159.35 mg; Żelazo: 10.74 mg; Magnez: 259.26 mg;

wtorek 2025-07-15Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 100g (<i>MLE</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Arbuz 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2156.20 kcal; Białko ogółem: 76.31 g; Tłuszcz ogółem: 59.50 g; Węglowodany ogółem: 286.24 g; Kw. tł. nasycone: 23.02 g; Sól: 3.72 g; Sód: 1245.63 mg; Błonnik: 15.28 g; W tym cukry: 60.88 g; WW: 28.75 Por; Potas: 3136.82 mg; Wapń: 401.22 mg; Fosfor: 1077.56 mg; Żelazo: 8.61 mg; Magnez: 233.90 mg;

wtorek 2025-07-15Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 100g (<i>MLE</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Arbuz 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2288.29 kcal; Białko ogółem: 63.41 g; Tłuszcz ogółem: 78.15 g; Węglowodany ogółem: 285.06 g; Kw. tł. nasycone: 26.33 g; Sól: 2.05 g; Sód: 576.67 mg; Błonnik: 19.87 g; W tym cukry: 67.01 g; WW: 28.60 Por; Potas: 2935.97 mg; Wapń: 400.35 mg; Fosfor: 806.10 mg; Żelazo: 6.88 mg; Magnez: 161.44 mg;

wtorek 2025-07-15Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatna 60g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/ml 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Udka duszone 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasztet drobiowy zapiekany 30g , Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 100g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2022.80 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz ogółem: 68.27 g; Węglowodany ogółem: 299.16 g; Kw. tł. nasycone: 15.07 g; Sól: 5.40 g; Sód: 1268.79 mg; Błonnik: 21.17 g; W tym cukry: 62.13 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3473.51 mg; Wapń: 221.01 mg; Fosfor: 728.55 mg; Żelazo: 11.78 mg; Magnez: 208.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-07-15			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g , Arbuz 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.68 kcal; Białko ogółem: 59.96 g; Tłuszcz ogółem: 70.40 g; Węglowodany ogółem: 304.24 g; Kw. tł. nasycone: 26.86 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1576.08 mg; Błonnik: 30.52 g; W tym cukry: 74.22 g; WW: 30.60 Por; Potas: 3587.10 mg; Wapń: 621.35 mg; Fosfor: 1157.47 mg; Żelazo: 11.78 mg; Magnez: 302.81 mg;

wtorek 2025-07-15			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 2025-07-15			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 100g (<i>MLE</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Arbuz 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2372.66 kcal; Białko ogółem: 79.08 g; Tłuszcz ogółem: 73.28 g; Węglowodany ogółem: 308.21 g; Kw. tł. nasycone: 28.03 g; Sól: 4.00 g; Sód: 1357.12 mg; Błonnik: 18.63 g; W tym cukry: 71.46 g; WW: 31.02 Por; Potas: 3668.70 mg; Wapń: 475.64 mg; Fosfor: 1132.39 mg; Żelazo: 10.67 mg; Magnez: 258.09 mg;

wtorek 2025-07-15			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 100g (<i>MLE</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Arbuz 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2296.59 kcal; Białko ogółem: 78.57 g; Tłuszcz ogółem: 72.13 g; Węglowodany ogółem: 308.75 g; Kw. tł. nasycone: 27.30 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1342.52 mg; Błonnik: 18.34 g; W tym cukry: 70.17 g; WW: 31.08 Por; Potas: 3674.27 mg; Wapń: 455.25 mg; Fosfor: 1120.75 mg; Żelazo: 10.69 mg; Magnez: 257.34 mg;

wtorek 2025-07-15			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 100g (<i>MLE</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy zapiekany 30g , Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2192.16 kcal; Białko ogółem: 84.73 g; Tłuszcz ogółem: 76.33 g; Węglowodany ogółem: 255.79 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1713.88 mg; Błonnik: 28.39 g; W tym cukry: 54.78 g; WW: 25.80 Por; Potas: 4067.81 mg; Wapń: 555.93 mg; Fosfor: 1304.85 mg; Żelazo: 14.09 mg; Magnez: 341.00 mg;

wtorek 2025-07-15			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasztet drobiowy zapiekany 50g , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Udko duszone 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Arbuz 100g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1936.88 kcal; Białko ogółem: 53.13 g; Tłuszcz ogółem: 78.50 g; Węglowodany ogółem: 260.00 g; Kw. tł. nasycone: 16.36 g; Sól: 3.00 g; Sód: 469.49 mg; Błonnik: 23.02 g; W tym cukry: 58.91 g; WW: 26.22 Por; Potas: 2858.06 mg; Wapń: 177.01 mg; Fosfor: 551.60 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 147.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej, z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Gruszka 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2502.19 kcal; Białko ogółem: 81.64 g; Tłuszcz ogółem: 42.34 g; Węglowodany ogółem: 381.49 g; Kw. tł. nasycone: 14.04 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1362.84 mg; Błonnik: 37.83 g; W tym cukry: 113.09 g; WW: 38.17 Por; Potas: 3322.89 mg; Wapń: 586.43 mg; Fosfor: 1171.00 mg; Żelazo: 9.77 mg; Magnez: 288.07 mg;

środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron pełnoziarnisty 200g (<i>GLU, MCK</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1908.04 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz ogółem: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 274.85 g; Kw. tł. nasycone: 8.71 g; Sól: 3.83 g; Sód: 1376.59 mg; Błonnik: 38.17 g; W tym cukry: 41.54 g; WW: 27.54 Por; Potas: 3001.79 mg; Wapń: 510.98 mg; Fosfor: 1192.00 mg; Żelazo: 9.91 mg; Magnez: 302.67 mg;

środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2334.48 kcal; Białko ogółem: 87.95 g; Tłuszcz ogółem: 33.15 g; Węglowodany ogółem: 387.70 g; Kw. tł. nasycone: 12.31 g; Sól: 3.18 g; Sód: 1109.20 mg; Błonnik: 25.23 g; W tym cukry: 108.32 g; WW: 39.18 Por; Potas: 3507.81 mg; Wapń: 529.95 mg; Fosfor: 881.11 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 259.50 mg;

środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2230.08 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz ogółem: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 377.91 g; Kw. tł. nasycone: 10.16 g; Sól: 3.17 g; Sód: 1109.20 mg; Błonnik: 25.23 g; W tym cukry: 108.32 g; WW: 38.18 Por; Potas: 3507.81 mg; Wapń: 529.95 mg; Fosfor: 881.11 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 259.50 mg;

środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2096.48 kcal; Białko ogółem: 62.99 g; Tłuszcz ogółem: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 345.85 g; Kw. tł. nasycone: 9.74 g; Sól: 1.01 g; Sód: 244.68 mg; Błonnik: 28.18 g; W tym cukry: 83.01 g; WW: 34.90 Por; Potas: 2895.81 mg; Wapń: 200.64 mg; Fosfor: 513.59 mg; Żelazo: 5.72 mg; Magnez: 192.74 mg;

środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

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 2025-07-16Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa ziemniaczana mix 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron spaghetti 200g (<i>GLU</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami mix 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl owocowy na maśle 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2180.82 kcal; Białko ogółem: 89.43 g; Tłuszcz ogółem: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 339.25 g; Kw. tł. nasycone: 12.37 g; Sól: 3.26 g; Sód: 1162.76 mg; Błonnik: 25.13 g; W tym cukry: 71.32 g; WW: 34.29 Por; Potas: 3205.24 mg; Wapń: 576.12 mg; Fosfor: 1059.66 mg; Żelazo: 9.80 mg; Magnez: 240.18 mg;

środa 2025-07-16Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica sopocka wiewprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 70g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maśle 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2537.09 kcal; Białko ogółem: 96.43 g; Tłuszcz ogółem: 56.21 g; Węglowodany ogółem: 371.37 g; Kw. tł. nasycone: 25.60 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1349.26 mg; Błonnik: 25.39 g; W tym cukry: 110.00 g; WW: 37.47 Por; Potas: 3573.06 mg; Wapń: 565.05 mg; Fosfor: 957.67 mg; Żelazo: 8.36 mg; Magnez: 265.68 mg;

środa 2025-07-16Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maśle 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2286.38 kcal; Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 360.68 g; Kw. tł. nasycone: 10.91 g; Sól: 3.09 g; Sód: 1075.99 mg; Błonnik: 20.78 g; W tym cukry: 104.88 g; WW: 36.36 Por; Potas: 3183.40 mg; Wapń: 497.00 mg; Fosfor: 835.21 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 240.63 mg;

środa 2025-07-16Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron bezglutenowy 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maśle 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2150.63 kcal; Białko ogółem: 68.21 g; Tłuszcz ogółem: 36.16 g; Węglowodany ogółem: 348.82 g; Kw. tł. nasycone: 8.88 g; Sól: 0.97 g; Sód: 249.60 mg; Błonnik: 25.51 g; W tym cukry: 83.10 g; WW: 35.19 Por; Potas: 2947.11 mg; Wapń: 204.85 mg; Fosfor: 519.11 mg; Żelazo: 5.83 mg; Magnez: 195.50 mg;

środa 2025-07-16Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasta z soczewicy 40g , Pomidor b/skóry 50g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 40g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2258.86 kcal; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz ogółem: 44.74 g; Węglowodany ogółem: 410.72 g; Kw. tł. nasycone: 11.17 g; Sól: 4.02 g; Sód: 1123.53 mg; Błonnik: 33.69 g; W tym cukry: 100.59 g; WW: 41.41 Por; Potas: 3461.44 mg; Wapń: 208.16 mg; Fosfor: 763.83 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 268.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 30g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2748.87 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz ogółem: 72.92 g; Węglowodany ogółem: 369.82 g; Kw. tł. nasycone: 21.28 g; Sól: 7.26 g; Sód: 2714.28 mg; Błonnik: 36.66 g; W tym cukry: 120.94 g; WW: 37.13 Por; Potas: 3154.25 mg; Wapń: 625.02 mg; Fosfor: 1374.23 mg; Żelazo: 10.84 mg; Magnez: 406.72 mg;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 50g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 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: 2223.18 kcal; Białko ogółem: 93.85 g; Tłuszcz ogółem: 74.06 g; Węglowodany ogółem: 262.27 g; Kw. tł. nasycone: 19.76 g; Sól: 7.50 g; Sód: 2785.20 mg; Błonnik: 37.02 g; W tym cukry: 44.34 g; WW: 26.23 Por; Potas: 2736.82 mg; Wapń: 718.65 mg; Fosfor: 1542.22 mg; Żelazo: 11.42 mg; Magnez: 387.10 mg;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 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 , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2242.81 kcal; Białko ogółem: 80.54 g; Tłuszcz ogółem: 45.38 g; Węglowodany ogółem: 334.01 g; Kw. tł. nasycone: 12.02 g; Sól: 5.28 g; Sód: 1860.62 mg; Błonnik: 16.90 g; W tym cukry: 67.73 g; WW: 33.51 Por; Potas: 2015.96 mg; Wapń: 392.18 mg; Fosfor: 920.32 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 185.69 mg;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 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 , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.91 kcal; Białko ogółem: 81.48 g; Tłuszcz ogółem: 45.06 g; Węglowodany ogółem: 304.47 g; Kw. tł. nasycone: 9.87 g; Sól: 5.27 g; Sód: 1860.62 mg; Błonnik: 16.90 g; W tym cukry: 67.73 g; WW: 30.51 Por; Potas: 2015.96 mg; Wapń: 392.18 mg; Fosfor: 920.32 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 185.69 mg;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 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 , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1959.16 kcal; Białko ogółem: 59.37 g; Tłuszcz ogółem: 48.90 g; Węglowodany ogółem: 272.21 g; Kw. tł. nasycone: 10.65 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1085.57 mg; Błonnik: 20.25 g; W tym cukry: 57.56 g; WW: 27.24 Por; Potas: 1565.71 mg; Wapń: 176.38 mg; Fosfor: 650.22 mg; Żelazo: 4.13 mg; Magnez: 132.99 mg;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.buydniu) 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 2025-07-17 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką (papka) 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem papka 300g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jablko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2074.59 kcal; Białko ogółem: 81.19 g; Tłuszcz ogółem: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 315.47 g; Kw. tł. nasycone: 11.37 g; Sól: 5.29 g; Sód: 1868.54 mg; Błonnik: 21.02 g; W tym cukry: 68.70 g; WW: 31.72 Por; Potas: 1864.59 mg; Wapń: 403.99 mg; Fosfor: 919.61 mg; Żelazo: 6.59 mg; Magnez: 187.59 mg;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 80g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<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 , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2282.66 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Tłuszcz ogółem: 52.60 g; Węglowodany ogółem: 313.28 g; Kw. tł. nasycone: 13.40 g; Sól: 6.46 g; Sód: 1872.26 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 68.88 g; WW: 31.38 Por; Potas: 2050.07 mg; Wapń: 418.10 mg; Fosfor: 977.15 mg; Żelazo: 6.61 mg; Magnez: 188.50 mg;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 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 , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2079.22 kcal; Białko ogółem: 80.91 g; Tłuszcz ogółem: 40.78 g; Węglowodany ogółem: 302.78 g; Kw. tł. nasycone: 10.06 g; Sól: 5.27 g; Sód: 1857.01 mg; Błonnik: 16.25 g; W tym cukry: 66.88 g; WW: 30.33 Por; Potas: 1922.91 mg; Wapń: 381.66 mg; Fosfor: 908.27 mg; Żelazo: 6.21 mg; Magnez: 180.92 mg;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchwianka z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 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 , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2209.21 kcal; Białko ogółem: 66.89 g; Tłuszcz ogółem: 54.36 g; Węglowodany ogółem: 314.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.12 g; Sól: 3.45 g; Sód: 1134.48 mg; Błonnik: 19.06 g; W tym cukry: 68.70 g; WW: 31.46 Por; Potas: 2137.76 mg; Wapń: 512.81 mg; Fosfor: 930.41 mg; Żelazo: 5.05 mg; Magnez: 176.33 mg;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/ml 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 z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2194.59 kcal; Białko ogółem: 70.12 g; Tłuszcz ogółem: 55.93 g; Węglowodany ogółem: 361.99 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 6.92 g; Sód: 1877.65 mg; Błonnik: 20.17 g; W tym cukry: 105.79 g; WW: 36.43 Por; Potas: 2572.90 mg; Wapń: 161.99 mg; Fosfor: 688.75 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 234.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-07-17		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i tofu 300g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2171.40 kcal; Białko ogółem: 70.83 g; Tłuszcz ogółem: 55.86 g; Węglowodany ogółem: 302.48 g; Kw. tł. nasycone: 14.35 g; Sól: 6.61 g; Sód: 1971.21 mg; Błonnik: 27.90 g; W tym cukry: 70.77 g; WW: 30.28 Por; Potas: 1838.70 mg; Wapń: 563.74 mg; Fosfor: 895.62 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 220.34 mg;

czwartek 2025-07-17		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 400ml (<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: 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 2025-07-17		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną b/soli 40g (<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 , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2138.58 kcal; Białko ogółem: 76.99 g; Tłuszcz ogółem: 44.53 g; Węglowodany ogółem: 313.45 g; Kw. tł. nasycone: 11.50 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1851.82 mg; Błonnik: 16.88 g; W tym cukry: 67.04 g; WW: 31.43 Por; Potas: 1990.02 mg; Wapń: 372.69 mg; Fosfor: 877.05 mg; Żelazo: 6.46 mg; Magnez: 183.55 mg;

czwartek 2025-07-17		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 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 , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.91 kcal; Białko ogółem: 80.38 g; Tłuszcz ogółem: 44.56 g; Węglowodany ogółem: 314.17 g; Kw. tł. nasycone: 11.47 g; Sól: 5.27 g; Sód: 1860.62 mg; Błonnik: 16.90 g; W tym cukry: 67.73 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2015.96 mg; Wapń: 392.18 mg; Fosfor: 920.32 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 185.69 mg;

czwartek 2025-07-17		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z szynką 60g (<i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2033.09 kcal; Białko ogółem: 91.76 g; Tłuszcz ogółem: 54.29 g; Węglowodany ogółem: 260.40 g; Kw. tł. nasycone: 11.83 g; Sól: 6.07 g; Sód: 1800.32 mg; Błonnik: 35.22 g; W tym cukry: 46.35 g; WW: 26.13 Por; Potas: 2782.17 mg; Wapń: 532.94 mg; Fosfor: 1372.07 mg; Żelazo: 10.54 mg; Magnez: 353.19 mg;

czwartek 2025-07-17		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchwianka z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1767.00 kcal; Białko ogółem: 44.21 g; Tłuszcz ogółem: 65.74 g; Węglowodany ogółem: 253.59 g; Kw. tł. nasycone: 12.87 g; Sól: 3.70 g; Sód: 994.15 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 54.34 g; WW: 25.39 Por; Potas: 1719.20 mg; Wapń: 135.02 mg; Fosfor: 548.04 mg; Żelazo: 4.67 mg; Magnez: 140.10 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z brązowym ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Majonez 10g 1szt (JAJ, GOR), Rzodkiewka biała 50g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2414.52 kcal; Białko ogółem: 76.71 g; Tłuszcz ogółem: 59.71 g; Węglowodany ogółem: 331.52 g; Kw. tł. nasycone: 20.55 g; Sól: 7.27 g; Sód: 2729.54 mg; Błonnik: 37.71 g; W tym cukry: 90.47 g; WW: 33.19 Por; Potas: 3792.07 mg; Wapń: 503.07 mg; Fosfor: 1102.12 mg; Żelazo: 11.82 mg; Magnez: 375.59 mg;

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Majonez 10g 1szt (JAJ, GOR), Rzodkiewka biała 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1954.08 kcal; Białko ogółem: 79.11 g; Tłuszcz ogółem: 58.93 g; Węglowodany ogółem: 244.66 g; Kw. tł. nasycone: 18.99 g; Sól: 5.58 g; Sód: 2085.70 mg; Błonnik: 36.77 g; W tym cukry: 34.36 g; WW: 24.48 Por; Potas: 4116.47 mg; Wapń: 594.97 mg; Fosfor: 1198.22 mg; Żelazo: 12.58 mg; Magnez: 351.39 mg;

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Warzywa po grecku 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Serek wiejski 40g (MLE), Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2294.26 kcal; Białko ogółem: 74.54 g; Tłuszcz ogółem: 50.95 g; Węglowodany ogółem: 353.05 g; Kw. tł. nasycone: 18.92 g; Sól: 3.91 g; Sód: 1321.40 mg; Błonnik: 23.75 g; W tym cukry: 91.86 g; WW: 35.52 Por; Potas: 2677.87 mg; Wapń: 374.44 mg; Fosfor: 698.29 mg; Żelazo: 6.61 mg; Magnez: 174.51 mg;

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2205.97 kcal; Białko ogółem: 77.62 g; Tłuszcz ogółem: 50.99 g; Węglowodany ogółem: 344.41 g; Kw. tł. nasycone: 16.91 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1321.40 mg; Błonnik: 23.75 g; W tym cukry: 91.98 g; WW: 34.64 Por; Potas: 2677.87 mg; Wapń: 374.44 mg; Fosfor: 698.29 mg; Żelazo: 6.61 mg; Magnez: 174.51 mg;

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2056.44 kcal; Białko ogółem: 50.79 g; Tłuszcz ogółem: 53.97 g; Węglowodany ogółem: 305.49 g; Kw. tł. nasycone: 17.40 g; Sól: 1.39 g; Sód: 494.10 mg; Błonnik: 26.83 g; W tym cukry: 81.93 g; WW: 30.68 Por; Potas: 2209.07 mg; Wapń: 161.44 mg; Fosfor: 380.79 mg; Żelazo: 4.02 mg; Magnez: 116.61 mg;

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Płynna śniadaniowa 400ml (GLU, JAJ, 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),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Kcal: 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 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pasta warzywna 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) puree 100g (RYB), Ziemniaki puree 200g , Warzywa po grecku mix 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 60g (MLE), Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem (papka) 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2328.86 kcal; Białko ogółem: 79.15 g; Tłuszcz ogółem: 58.77 g; Węglowodany ogółem: 333.28 g; Kw. tł. nasycone: 24.27 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1496.12 mg; Błonnik: 24.97 g; W tym cukry: 82.75 g; WW: 33.61 Por; Potas: 3543.08 mg; Wapń: 487.69 mg; Fosfor: 875.78 mg; Żelazo: 8.70 mg; Magnez: 227.32 mg;

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek kanapkowy 60g (MLE), Koper 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Serek wiejski 60g (MLE), Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Kefir 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.39 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz ogółem: 65.16 g; Węglowodany ogółem: 323.81 g; Kw. tł. nasycone: 25.48 g; Sól: 5.02 g; Sód: 1531.00 mg; Błonnik: 21.02 g; W tym cukry: 86.38 g; WW: 32.56 Por; Potas: 2736.67 mg; Wapń: 540.34 mg; Fosfor: 842.39 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 182.31 mg;

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 50ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Biszkopty 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),

Wartości odżywcze: Kcal: 2086.60 kcal; Białko ogółem: 73.79 g; Tłuszcz ogółem: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 308.99 g; Kw. tł. nasycone: 16.13 g; Sól: 3.89 g; Sód: 1278.50 mg; Błonnik: 17.37 g; W tym cukry: 75.27 g; WW: 31.13 Por; Potas: 2578.71 mg; Wapń: 357.52 mg; Fosfor: 663.35 mg; Żelazo: 6.58 mg; Magnez: 164.59 mg;

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2091.10 kcal; Białko ogółem: 56.85 g; Tłuszcz ogółem: 54.64 g; Węglowodany ogółem: 304.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.47 g; Sól: 2.34 g; Sód: 696.51 mg; Błonnik: 23.51 g; W tym cukry: 80.64 g; WW: 30.57 Por; Potas: 2681.12 mg; Wapń: 382.02 mg; Fosfor: 570.78 mg; Żelazo: 4.98 mg; Magnez: 147.30 mg;

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasta z białej fasoli 50g , Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasta warzywna 50g , Salata maslowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.71 kcal; Białko ogółem: 67.04 g; Tłuszcz ogółem: 51.87 g; Węglowodany ogółem: 331.44 g; Kw. tł. nasycone: 10.39 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1261.02 mg; Błonnik: 30.24 g; W tym cukry: 83.45 g; WW: 33.51 Por; Potas: 3044.75 mg; Wapń: 179.88 mg; Fosfor: 509.15 mg; Żelazo: 8.03 mg; Magnez: 180.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek kiszony 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Ser żółty 20g (MLE), Sałatka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2155.29 kcal; Białko ogółem: 72.24 g; Tłuszcz ogółem: 53.26 g; Węglowodany ogółem: 313.44 g; Kw. tł. nasycone: 21.34 g; Sól: 6.57 g; Sód: 2536.57 mg; Błonnik: 30.18 g; W tym cukry: 86.29 g; WW: 31.41 Por; Potas: 3094.84 mg; Wapń: 619.16 mg; Fosfor: 1008.84 mg; Żelazo: 8.59 mg; Magnez: 292.99 mg;

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa b/ml 500ml (GLU, MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem na mleku roślinnym b/ml (mix g.budyń) 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2221.50 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz ogółem: 54.27 g; Węglowodany ogółem: 333.30 g; Kw. tł. nasycone: 4.84 g; Sól: 1.08 g; Sód: 428.15 mg; Błonnik: 24.26 g; W tym cukry: 49.00 g; WW: 33.62 Por; Potas: 4514.30 mg; Wapń: 208.04 mg; Fosfor: 1391.92 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Koper 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Sałatka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2318.41 kcal; Białko ogółem: 75.24 g; Tłuszcz ogółem: 51.19 g; Węglowodany ogółem: 358.15 g; Kw. tł. nasycone: 19.04 g; Sól: 3.93 g; Sód: 1335.50 mg; Błonnik: 24.37 g; W tym cukry: 92.81 g; WW: 36.05 Por; Potas: 2807.92 mg; Wapń: 386.74 mg; Fosfor: 722.39 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 180.90 mg;

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Koper 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Sałatka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2219.86 kcal; Białko ogółem: 74.48 g; Tłuszcz ogółem: 50.13 g; Węglowodany ogółem: 352.97 g; Kw. tł. nasycone: 18.37 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1321.40 mg; Błonnik: 23.75 g; W tym cukry: 91.86 g; WW: 35.52 Por; Potas: 2677.87 mg; Wapń: 374.44 mg; Fosfor: 698.29 mg; Żelazo: 6.61 mg; Magnez: 174.51 mg;

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 30ml (GLU, MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Koper 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Sałatka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Rzodkiewka biała 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1888.74 kcal; Białko ogółem: 74.49 g; Tłuszcz ogółem: 49.83 g; Węglowodany ogółem: 253.22 g; Kw. tł. nasycone: 16.12 g; Sól: 5.33 g; Sód: 1802.19 mg; Błonnik: 36.40 g; W tym cukry: 38.03 g; WW: 25.46 Por; Potas: 3087.42 mg; Wapń: 295.79 mg; Fosfor: 868.43 mg; Żelazo: 10.08 mg; Magnez: 283.20 mg;

piątek 2025-07-18 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z białej fasoli 50g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Warzywa po grecku b/glu 70ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Sałatka z brokuła i pomidora z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1814.51 kcal; Białko ogółem: 43.99 g; Tłuszcz ogółem: 53.04 g; Węglowodany ogółem: 279.70 g; Kw. tł. nasycone: 10.34 g; Sól: 2.05 g; Sód: 138.66 mg; Błonnik: 26.86 g; W tym cukry: 77.75 g; WW: 28.18 Por; Potas: 2782.15 mg; Wapń: 137.87 mg; Fosfor: 334.79 mg; Żelazo: 4.96 mg; Magnez: 136.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-07-19 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kottlet schabowy smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Biskvity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2941.39 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz ogółem: 79.90 g; Węglowodany ogółem: 388.64 g; Kw. tł. nasycone: 18.32 g; Sól: 8.01 g; Sód: 2513.72 mg; Błonnik: 38.17 g; W tym cukry: 97.77 g; WW: 39.09 Por; Potas: 3599.95 mg; Wapń: 807.77 mg; Fosfor: 1259.04 mg; Żelazo: 12.50 mg; Magnez: 343.37 mg;

sobota 2025-07-19 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>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa brokułowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Salátka z brązowym ryżem z ogórkiem i kukurydzą 200g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2295.54 kcal; Białko ogółem: 91.48 g; Tłuszcz ogółem: 65.37 g; Węglowodany ogółem: 303.82 g; Kw. tł. nasycone: 16.81 g; Sól: 7.92 g; Sód: 2549.66 mg; Błonnik: 38.39 g; W tym cukry: 47.77 g; WW: 30.60 Por; Potas: 3918.65 mg; Wapń: 915.92 mg; Fosfor: 1576.70 mg; Żelazo: 14.03 mg; Magnez: 422.39 mg;

sobota 2025-07-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2514.72 kcal; Białko ogółem: 85.66 g; Tłuszcz ogółem: 56.37 g; Węglowodany ogółem: 375.45 g; Kw. tł. nasycone: 12.76 g; Sól: 6.90 g; Sód: 1867.15 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 59.09 g; WW: 37.89 Por; Potas: 3230.65 mg; Wapń: 474.34 mg; Fosfor: 1026.01 mg; Żelazo: 10.49 mg; Magnez: 267.31 mg;

sobota 2025-07-19 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2422.62 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz ogółem: 55.58 g; Węglowodany ogółem: 364.90 g; Kw. tł. nasycone: 10.36 g; Sól: 6.88 g; Sód: 1858.23 mg; Błonnik: 20.80 g; W tym cukry: 58.41 g; WW: 36.80 Por; Potas: 3204.71 mg; Wapń: 454.45 mg; Fosfor: 982.97 mg; Żelazo: 10.43 mg; Magnez: 265.17 mg;

sobota 2025-07-19 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.39 kcal; Białko ogółem: 53.12 g; Tłuszcz ogółem: 54.73 g; Węglowodany ogółem: 327.02 g; Kw. tł. nasycone: 10.11 g; Sól: 4.08 g; Sód: 1015.47 mg; Błonnik: 22.63 g; W tym cukry: 48.38 g; WW: 32.95 Por; Potas: 2621.03 mg; Wapń: 236.92 mg; Fosfor: 612.05 mg; Żelazo: 7.36 mg; Magnez: 193.46 mg;

sobota 2025-07-19 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, 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: 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 2025-07-19 Jadłospis dla diety: U. Papkowata					
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Zupa brokułowa z ryżem mix 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze (papka) 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jaglana 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 2458.81 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz ogółem: 48.36 g; Węglowodany ogółem: 379.83 g; Kw. tł. nasycone: 12.83 g; Sól: 3.13 g; Sód: 1190.96 mg; Błonnik: 28.03 g; W tym cukry: 56.69 g; WW: 38.32 Por; Potas: 2717.99 mg; Wapń: 465.80 mg; Fosfor: 1228.67 mg; Żelazo: 14.17 mg; Magnez: 304.19 mg;					
sobota 2025-07-19 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa					
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 2525.73 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz ogółem: 58.12 g; Węglowodany ogółem: 367.69 g; Kw. tł. nasycone: 11.82 g; Sól: 7.38 g; Sód: 1876.07 mg; Błonnik: 20.83 g; W tym cukry: 59.89 g; WW: 37.10 Por; Potas: 3256.59 mg; Wapń: 494.23 mg; Fosfor: 1069.04 mg; Żelazo: 10.55 mg; Magnez: 269.45 mg;					
sobota 2025-07-19 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa					
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 2426.16 kcal; Białko ogółem: 81.07 g; Tłuszcz ogółem: 55.79 g; Węglowodany ogółem: 358.01 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 6.87 g; Sód: 1853.13 mg; Błonnik: 18.45 g; W tym cukry: 56.37 g; WW: 36.09 Por; Potas: 2986.43 mg; Wapń: 400.39 mg; Fosfor: 946.25 mg; Żelazo: 9.51 mg; Magnez: 246.81 mg;					
sobota 2025-07-19 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa					
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 2417.85 kcal; Białko ogółem: 78.14 g; Tłuszcz ogółem: 63.83 g; Węglowodany ogółem: 336.80 g; Kw. tł. nasycone: 13.29 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1103.15 mg; Błonnik: 22.80 g; W tym cukry: 56.46 g; WW: 33.89 Por; Potas: 3037.29 mg; Wapń: 438.55 mg; Fosfor: 881.39 mg; Żelazo: 8.08 mg; Magnez: 222.32 mg;					
sobota 2025-07-19 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna					
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa brokułowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Jajko got. na miękko kl. M 1szt (<i>JAJ</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Herbata z cukrem 250ml ,		Podwieczorek: Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 2443.00 kcal; Białko ogółem: 74.46 g; Tłuszcz ogółem: 75.60 g; Węglowodany ogółem: 377.60 g; Kw. tł. nasycone: 14.71 g; Sól: 7.72 g; Sód: 1898.12 mg; Błonnik: 22.76 g; W tym cukry: 74.64 g; WW: 38.10 Por; Potas: 3136.64 mg; Wapń: 243.70 mg; Fosfor: 743.21 mg; Żelazo: 10.73 mg; Magnez: 242.64 mg;					

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-07-19			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na miękko kl. M 1szt (<i>JAJ</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,			Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2554.69 kcal; Białko ogółem: 77.49 g; Tłuszcz ogółem: 67.02 g; Węglowodany ogółem: 367.15 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1769.86 mg; Błonnik: 34.11 g; W tym cukry: 62.67 g; WW: 36.90 Por; Potas: 3215.13 mg; Wapń: 939.26 mg; Fosfor: 1304.29 mg; Żelazo: 11.11 mg; Magnez: 284.06 mg;

sobota 2025-07-19			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze mięsnym) 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
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 2025-07-19			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2532.70 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz ogółem: 58.39 g; Węglowodany ogółem: 373.37 g; Kw. tł. nasycone: 13.33 g; Sól: 5.20 g; Sód: 1183.01 mg; Błonnik: 21.55 g; W tym cukry: 61.75 g; WW: 37.65 Por; Potas: 3531.93 mg; Wapń: 447.18 mg; Fosfor: 1022.49 mg; Żelazo: 10.88 mg; Magnez: 235.97 mg;

sobota 2025-07-19			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2392.80 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz ogółem: 55.35 g; Węglowodany ogółem: 366.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.02 g; Sól: 5.14 g; Sód: 1164.83 mg; Błonnik: 21.74 g; W tym cukry: 61.77 g; WW: 36.98 Por; Potas: 3444.11 mg; Wapń: 447.25 mg; Fosfor: 981.17 mg; Żelazo: 10.63 mg; Magnez: 231.77 mg;

sobota 2025-07-19			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor 100g ,			Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Sałatka z brązowym ryżem z ogórkiem i kukurydzą 100g , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2089.98 kcal; Białko ogółem: 88.12 g; Tłuszcz ogółem: 52.13 g; Węglowodany ogółem: 282.89 g; Kw. tł. nasycone: 11.82 g; Sól: 6.82 g; Sód: 2109.01 mg; Błonnik: 33.30 g; W tym cukry: 47.83 g; WW: 28.55 Por; Potas: 3883.81 mg; Wapń: 602.61 mg; Fosfor: 1338.57 mg; Żelazo: 13.59 mg; Magnez: 373.21 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-07-19		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Jajko got. na miękko kl. M 1szt (JAJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki z koperkiem 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2148.16 kcal; Białko ogółem: 61.92 g; Tłuszcz ogółem: 79.48 g; Węglowodany ogółem: 301.07 g; Kw. tł. nasycone: 16.32 g; Sól: 4.91 g; Sód: 1004.85 mg; Błonnik: 22.03 g; W tym cukry: 47.03 g; WW: 30.35 Por; Potas: 2707.62 mg; Wapń: 189.87 mg; Fosfor: 578.48 mg; Żelazo: 7.51 mg; Magnez: 193.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-07-20 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 40g (<i>JAJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 150g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka konserwowa 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata z cukrem 250ml , Marchew surowa w słupkach 100g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Salatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2708.51 kcal; Białko ogółem: 77.14 g; Tłuszcz ogółem: 72.24 g; Węglowodany ogółem: 374.32 g; Kw. tł. nasycone: 24.71 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1857.22 mg; Błonnik: 43.70 g; W tym cukry: 122.50 g; WW: 37.47 Por; Potas: 3860.90 mg; Wapń: 598.28 mg; Fosfor: 1224.10 mg; Żelazo: 10.93 mg; Magnez: 304.04 mg;

niedziela 2025-07-20 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 40g (<i>JAJ</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa pomidorowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, MCK</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 150g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka konserwowa 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Marchew surowa w słupkach 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Salatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2056.38 kcal; Białko ogółem: 73.35 g; Tłuszcz ogółem: 61.38 g; Węglowodany ogółem: 269.70 g; Kw. tł. nasycone: 21.02 g; Sól: 5.65 g; Sód: 1800.77 mg; Błonnik: 43.24 g; W tym cukry: 58.73 g; WW: 27.00 Por; Potas: 4096.35 mg; Wapń: 589.51 mg; Fosfor: 1315.28 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 341.08 mg;

niedziela 2025-07-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 40g (<i>JAJ</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2529.88 kcal; Białko ogółem: 80.59 g; Tłuszcz ogółem: 77.72 g; Węglowodany ogółem: 336.90 g; Kw. tł. nasycone: 32.09 g; Sól: 5.48 g; Sód: 2019.22 mg; Błonnik: 26.30 g; W tym cukry: 91.87 g; WW: 33.83 Por; Potas: 3312.31 mg; Wapń: 530.88 mg; Fosfor: 978.56 mg; Żelazo: 8.23 mg; Magnez: 244.76 mg;

niedziela 2025-07-20 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 40g (<i>JAJ</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2425.48 kcal; Białko ogółem: 81.63 g; Tłuszcz ogółem: 77.40 g; Węglowodany ogółem: 327.12 g; Kw. tł. nasycone: 29.94 g; Sól: 5.47 g; Sód: 2019.22 mg; Błonnik: 26.30 g; W tym cukry: 91.87 g; WW: 32.83 Por; Potas: 3312.31 mg; Wapń: 530.88 mg; Fosfor: 978.56 mg; Żelazo: 8.23 mg; Magnez: 244.76 mg;

niedziela 2025-07-20 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 kalafiora z jajkiem 80g (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 80g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2228.00 kcal; Białko ogółem: 50.79 g; Tłuszcz ogółem: 71.66 g; Węglowodany ogółem: 297.92 g; Kw. tł. nasycone: 25.75 g; Sól: 3.23 g; Sód: 1149.14 mg; Błonnik: 30.36 g; W tym cukry: 68.18 g; WW: 29.86 Por; Potas: 2792.34 mg; Wapń: 210.70 mg; Fosfor: 588.31 mg; Żelazo: 6.01 mg; Magnez: 180.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-07-20			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 ,

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 2025-07-20			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 80g (<i>JAJ</i>), Pasta warzywna 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2239.04 kcal; Białko ogółem: 75.24 g; Tłuszcz ogółem: 64.69 g; Węglowodany ogółem: 294.13 g; Kw. tł. nasycone: 28.16 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1342.26 mg; Błonnik: 22.34 g; W tym cukry: 62.22 g; WW: 29.73 Por; Potas: 2711.95 mg; Wapń: 503.04 mg; Fosfor: 876.97 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 191.96 mg;

niedziela 2025-07-20			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 80g (<i>JAJ</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 2 szt 160g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatk owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2589.09 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz ogółem: 83.89 g; Węglowodany ogółem: 319.11 g; Kw. tł. nasycone: 32.70 g; Sól: 6.45 g; Sód: 2075.38 mg; Błonnik: 27.08 g; W tym cukry: 87.70 g; WW: 32.07 Por; Potas: 3566.64 mg; Wapń: 537.26 mg; Fosfor: 1078.97 mg; Żelazo: 8.70 mg; Magnez: 257.80 mg;

niedziela 2025-07-20			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 40g (<i>JAJ</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2520.00 kcal; Białko ogółem: 79.23 g; Tłuszcz ogółem: 72.33 g; Węglowodany ogółem: 345.81 g; Kw. tł. nasycone: 31.85 g; Sól: 4.61 g; Sód: 1671.18 mg; Błonnik: 21.51 g; W tym cukry: 103.86 g; WW: 34.87 Por; Potas: 3364.60 mg; Wapń: 482.54 mg; Fosfor: 912.58 mg; Żelazo: 7.47 mg; Magnez: 264.88 mg;

niedziela 2025-07-20			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 40g (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem b/glutenu 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Sos marchewkowy zabieleny b/glu 70ml (<i>MLE</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatk owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Chrupki kukurydziane 30g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2244.72 kcal; Białko ogółem: 52.01 g; Tłuszcz ogółem: 77.34 g; Węglowodany ogółem: 289.95 g; Kw. tł. nasycone: 29.32 g; Sól: 3.13 g; Sód: 1128.79 mg; Błonnik: 29.55 g; W tym cukry: 60.04 g; WW: 29.07 Por; Potas: 3113.28 mg; Wapń: 227.04 mg; Fosfor: 686.88 mg; Żelazo: 6.82 mg; Magnez: 210.61 mg;

niedziela 2025-07-20			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasta z kalafiora z jajkiem 40g (<i>JAJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Sos własny 80ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szyńka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Papryka konserwowa 30g ,		Podwieczorek: Marchew w słupkach 100g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatk owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.92 kcal; Białko ogółem: 70.43 g; Tłuszcz ogółem: 64.69 g; Węglowodany ogółem: 323.71 g; Kw. tł. nasycone: 13.66 g; Sól: 7.41 g; Sód: 1937.95 mg; Błonnik: 30.18 g; W tym cukry: 67.15 g; WW: 32.68 Por; Potas: 3258.15 mg; Wapń: 229.15 mg; Fosfor: 736.38 mg; Żelazo: 8.94 mg; Magnez: 229.06 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-07-20 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 40g (<i>JAJ</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatk owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2465.61 kcal; Białko ogółem: 74.61 g; Tłuszcz ogółem: 75.10 g; Węglowodany ogółem: 331.19 g; Kw. tł. nasycone: 29.42 g; Sól: 5.56 g; Sód: 1496.69 mg; Błonnik: 38.26 g; W tym cukry: 97.62 g; WW: 33.16 Por; Potas: 3222.10 mg; Wapń: 548.50 mg; Fosfor: 934.64 mg; Żelazo: 9.16 mg; Magnez: 247.41 mg;

niedziela 2025-07-20 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml na wywarze mięsny 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: Budyń 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 2025-07-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 50g (<i>JAJ</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem b/soli 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Sos marchewkowy zabielianny b/soli 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Buraczki gotowane 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatk owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2566.63 kcal; Białko ogółem: 82.04 g; Tłuszcz ogółem: 77.78 g; Węglowodany ogółem: 344.81 g; Kw. tł. nasycone: 32.19 g; Sól: 4.04 g; Sód: 1435.59 mg; Błonnik: 28.21 g; W tym cukry: 98.69 g; WW: 34.66 Por; Potas: 3601.35 mg; Wapń: 554.79 mg; Fosfor: 975.19 mg; Żelazo: 9.54 mg; Magnez: 223.54 mg;

niedziela 2025-07-20 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 40g (<i>JAJ</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Sos marchewkowy zabielianny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Buraczki gotowane 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatk owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2486.56 kcal; Białko ogółem: 81.47 g; Tłuszcz ogółem: 76.95 g; Węglowodany ogółem: 344.52 g; Kw. tł. nasycone: 31.53 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1434.90 mg; Błonnik: 28.12 g; W tym cukry: 98.59 g; WW: 34.64 Por; Potas: 3595.09 mg; Wapń: 554.48 mg; Fosfor: 974.36 mg; Żelazo: 9.53 mg; Magnez: 223.08 mg;

niedziela 2025-07-20 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z kalafiora z jajkiem 40g (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, MCK</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn 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>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka konserwowa 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Marchew w słupkach surowa 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1975.72 kcal; Białko ogółem: 79.33 g; Tłuszcz ogółem: 60.60 g; Węglowodany ogółem: 243.28 g; Kw. tł. nasycone: 24.54 g; Sól: 5.71 g; Sód: 1825.57 mg; Błonnik: 39.24 g; W tym cukry: 38.92 g; WW: 24.50 Por; Potas: 4079.79 mg; Wapń: 584.81 mg; Fosfor: 1296.19 mg; Żelazo: 12.53 mg; Magnez: 340.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-07-20		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z kalafiora z jajkiem 60g (JAJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/glutenu i b/ml 300ml (SEL), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatesowa drobiowa 60g , Salata maslowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g ,
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Chrupki kukurydziane 30g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1937.79 kcal; Białko ogółem: 49.69 g; Tłuszcz ogółem: 64.87 g; Węglowodany ogółem: 293.25 g; Kw. tł. nasycone: 14.22 g; Sól: 3.64 g; Sód: 894.18 mg; Błonnik: 30.35 g; W tym cukry: 59.13 g; WW: 29.45 Por; Potas: 3118.35 mg; Wapń: 184.65 mg; Fosfor: 614.65 mg; Żelazo: 6.88 mg; Magnez: 208.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-07-21Jadłospis 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 twarogowa z rzodkiewką 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2379.05 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz ogółem: 62.33 g; Węglowodany ogółem: 304.71 g; Kw. tł. nasycone: 17.37 g; Sól: 6.07 g; Sód: 2230.24 mg; Błonnik: 36.49 g; W tym cukry: 68.88 g; WW: 30.72 Por; Potas: 3996.70 mg; Wapń: 444.08 mg; Fosfor: 1575.76 mg; Żelazo: 29.79 mg; Magnez: 348.31 mg;

poniedziałek 2025-07-21Jadłospis 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>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 40g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salátka 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 60g , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.68 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz ogółem: 61.09 g; Węglowodany ogółem: 257.84 g; Kw. tł. nasycone: 15.89 g; Sól: 6.22 g; Sód: 2299.62 mg; Błonnik: 36.70 g; W tym cukry: 50.14 g; WW: 26.00 Por; Potas: 4189.69 mg; Wapń: 539.26 mg; Fosfor: 1759.93 mg; Żelazo: 30.80 mg; Magnez: 391.45 mg;

poniedziałek 2025-07-21Jadłospis 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>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), 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>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2107.64 kcal; Białko ogółem: 81.09 g; Tłuszcz ogółem: 35.30 g; Węglowodany ogółem: 327.61 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 2.92 g; Sód: 1102.93 mg; Błonnik: 24.05 g; W tym cukry: 39.42 g; WW: 33.01 Por; Potas: 2666.62 mg; Wapń: 435.70 mg; Fosfor: 958.17 mg; Żelazo: 8.06 mg; Magnez: 199.40 mg;

poniedziałek 2025-07-21Jadłospis 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>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2003.24 kcal; Białko ogółem: 82.13 g; Tłuszcz ogółem: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 317.82 g; Kw. tł. nasycone: 7.65 g; Sól: 2.91 g; Sód: 1102.93 mg; Błonnik: 24.05 g; W tym cukry: 39.42 g; WW: 32.01 Por; Potas: 2666.62 mg; Wapń: 435.70 mg; Fosfor: 958.17 mg; Żelazo: 8.06 mg; Magnez: 199.40 mg;

poniedziałek 2025-07-21Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1887.74 kcal; Białko ogółem: 59.80 g; Tłuszcz ogółem: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 282.06 g; Kw. tł. nasycone: 8.42 g; Sól: 0.83 g; Sód: 277.43 mg; Błonnik: 26.95 g; W tym cukry: 29.43 g; WW: 28.38 Por; Potas: 2231.12 mg; Wapń: 225.70 mg; Fosfor: 681.17 mg; Żelazo: 5.71 mg; Magnez: 145.40 mg;

poniedziałek 2025-07-21Jadłospis 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>),
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 ,

Jadłospisy dla oddziałów

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 2025-07-21Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) mix 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2441.29 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 35.03 g; Węglowodany ogółem: 406.05 g; Kw. tł. nasycone: 12.00 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1180.46 mg; Błonnik: 23.80 g; W tym cukry: 43.20 g; WW: 40.93 Por; Potas: 2970.21 mg; Wapń: 643.47 mg; Fosfor: 1314.20 mg; Żelazo: 9.24 mg; Magnez: 238.34 mg;

poniedziałek 2025-07-21Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2387.24 kcal; Białko ogółem: 99.53 g; Tłuszcz ogółem: 60.88 g; Węglowodany ogółem: 321.57 g; Kw. tł. nasycone: 24.90 g; Sól: 3.58 g; Sód: 1366.93 mg; Błonnik: 24.05 g; W tym cukry: 42.60 g; WW: 32.37 Por; Potas: 2774.02 mg; Wapń: 525.10 mg; Fosfor: 1168.17 mg; Żelazo: 8.30 mg; Magnez: 209.60 mg;

poniedziałek 2025-07-21Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1974.03 kcal; Białko ogółem: 78.90 g; Tłuszcz ogółem: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 301.21 g; Kw. tł. nasycone: 7.88 g; Sól: 2.72 g; Sód: 1024.81 mg; Błonnik: 17.93 g; W tym cukry: 30.46 g; WW: 30.31 Por; Potas: 2214.89 mg; Wapń: 350.50 mg; Fosfor: 882.08 mg; Żelazo: 7.01 mg; Magnez: 165.49 mg;

poniedziałek 2025-07-21Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) b/glu 180g (<i>SEL</i>), 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>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2153.04 kcal; Białko ogółem: 69.24 g; Tłuszcz ogółem: 44.55 g; Węglowodany ogółem: 324.46 g; Kw. tł. nasycone: 10.08 g; Sól: 1.11 g; Sód: 389.83 mg; Błonnik: 26.84 g; W tym cukry: 41.66 g; WW: 32.62 Por; Potas: 2576.82 mg; Wapń: 524.75 mg; Fosfor: 891.57 mg; Żelazo: 5.89 mg; Magnez: 174.45 mg;

poniedziałek 2025-07-21Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatwsowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z ciecierzycy 40g , Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ogórek konserwowy 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko pieczone z cynamonem 150g ,	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2100.57 kcal; Białko ogółem: 72.43 g; Tłuszcz ogółem: 52.32 g; Węglowodany ogółem: 348.25 g; Kw. tł. nasycone: 11.71 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1340.95 mg; Błonnik: 27.93 g; W tym cukry: 50.28 g; WW: 35.11 Por; Potas: 2673.69 mg; Wapń: 235.20 mg; Fosfor: 806.22 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 192.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-21			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,			Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Tofu z warzywami po chińsku (wege) 150g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Sałatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 60g , Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.85 kcal; Białko ogółem: 64.15 g; Tłuszcz ogółem: 39.41 g; Węglowodany ogółem: 311.64 g; Kw. tł. nasycone: 13.46 g; Sól: 6.90 g; Sód: 2143.15 mg; Błonnik: 31.79 g; W tym cukry: 41.19 g; WW: 31.29 Por; Potas: 2379.19 mg; Wapń: 719.25 mg; Fosfor: 1013.96 mg; Żelazo: 8.16 mg; Magnez: 265.90 mg;

poniedziałek 2025-07-21			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 ,
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 2025-07-21			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>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,			Zupa krem z kalafiora b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) b/soli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml , Sałatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Sałata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2114.49 kcal; Białko ogółem: 81.60 g; Tłuszcz ogółem: 35.50 g; Węglowodany ogółem: 328.36 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 2.93 g; Sód: 1109.08 mg; Błonnik: 24.05 g; W tym cukry: 40.18 g; WW: 33.09 Por; Potas: 2687.77 mg; Wapń: 451.69 mg; Fosfor: 972.27 mg; Żelazo: 8.07 mg; Magnez: 201.19 mg;

poniedziałek 2025-07-21			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>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 60g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),			Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml , Sałatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Sałata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2083.50 kcal; Białko ogółem: 83.96 g; Tłuszcz ogółem: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 322.52 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 3.01 g; Sód: 1142.68 mg; Błonnik: 25.16 g; W tym cukry: 38.70 g; WW: 32.51 Por; Potas: 2761.75 mg; Wapń: 456.38 mg; Fosfor: 998.67 mg; Żelazo: 8.31 mg; Magnez: 204.44 mg;

poniedziałek 2025-07-21			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 40g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem WN 100g ,			Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Sałatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 50g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Sałata masłowa 20g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2094.28 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz ogółem: 43.11 g; Węglowodany ogółem: 300.55 g; Kw. tł. nasycone: 12.78 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1590.21 mg; Błonnik: 34.34 g; W tym cukry: 47.88 g; WW: 30.20 Por; Potas: 3113.40 mg; Wapń: 533.81 mg; Fosfor: 1314.33 mg; Żelazo: 10.72 mg; Magnez: 313.19 mg;

poniedziałek 2025-07-21			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,			Zupa krem z kalafiora b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) b/glu 180g (<i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml , Sałatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g , Sałata masłowa 20g ,
			Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1741.86 kcal; Białko ogółem: 53.04 g; Tłuszcz ogółem: 56.50 g; Węglowodany ogółem: 263.15 g; Kw. tł. nasycone: 11.75 g; Sól: 2.62 g; Sód: 259.89 mg; Błonnik: 26.21 g; W tym cukry: 27.98 g; WW: 26.52 Por; Potas: 2122.31 mg; Wapń: 183.28 mg; Fosfor: 608.88 mg; Żelazo: 5.35 mg; Magnez: 138.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-07-22 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 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>), Paszтет drobiowy zapiekany 40g , Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g , Biskwopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2658.12 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz ogółem: 68.88 g; Węglowodany ogółem: 342.16 g; Kw. tł. nasycone: 19.63 g; Sól: 6.72 g; Sód: 2560.96 mg; Błonnik: 36.37 g; W tym cukry: 94.43 g; WW: 34.45 Por; Potas: 3291.65 mg; Wapń: 752.82 mg; Fosfor: 1502.01 mg; Żelazo: 12.17 mg; Magnez: 343.93 mg;

wtorek 2025-07-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Paszтет drobiowy zapiekany 40g , Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2178.22 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz ogółem: 68.79 g; Węglowodany ogółem: 264.62 g; Kw. tł. nasycone: 18.45 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2661.39 mg; Błonnik: 36.34 g; W tym cukry: 47.24 g; WW: 26.51 Por; Potas: 2793.09 mg; Wapń: 869.42 mg; Fosfor: 1619.11 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 329.73 mg;

wtorek 2025-07-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód szukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 60g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.29 kcal; Białko ogółem: 81.24 g; Tłuszcz ogółem: 49.28 g; Węglowodany ogółem: 362.73 g; Kw. tł. nasycone: 11.75 g; Sól: 6.11 g; Sód: 1850.36 mg; Błonnik: 22.88 g; W tym cukry: 75.69 g; WW: 36.63 Por; Potas: 3651.31 mg; Wapń: 424.15 mg; Fosfor: 1121.61 mg; Żelazo: 9.11 mg; Magnez: 321.50 mg;

wtorek 2025-07-22 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód szukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 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 , Galaretka z owocami 200g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2270.89 kcal; Białko ogółem: 82.28 g; Tłuszcz ogółem: 48.96 g; Węglowodany ogółem: 352.94 g; Kw. tł. nasycone: 9.60 g; Sól: 6.10 g; Sód: 1850.36 mg; Błonnik: 22.88 g; W tym cukry: 75.69 g; WW: 35.63 Por; Potas: 3651.31 mg; Wapń: 424.15 mg; Fosfor: 1121.61 mg; Żelazo: 9.11 mg; Magnez: 321.50 mg;

wtorek 2025-07-22 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Miód szukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 60g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2153.59 kcal; Białko ogółem: 59.53 g; Tłuszcz ogółem: 52.67 g; Węglowodany ogółem: 316.31 g; Kw. tł. nasycone: 10.38 g; Sól: 4.04 g; Sód: 1023.06 mg; Błonnik: 25.96 g; W tym cukry: 65.88 g; WW: 31.91 Por; Potas: 3182.51 mg; Wapń: 211.15 mg; Fosfor: 804.11 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 263.60 mg;

wtorek 2025-07-22 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 biskwoptami 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 2025-07-22Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami mix 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem mix 300g (GLU), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papką) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (MLE), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Budyń waniliowy 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2092.34 kcal; Białko ogółem: 89.40 g; Tłuszcz ogółem: 40.54 g; Węglowodany ogółem: 304.90 g; Kw. tł. nasycone: 12.69 g; Sól: 3.25 g; Sód: 1241.19 mg; Błonnik: 24.05 g; W tym cukry: 54.40 g; WW: 30.80 Por; Potas: 3335.04 mg; Wapń: 655.88 mg; Fosfor: 1342.35 mg; Żelazo: 9.46 mg; Magnez: 256.32 mg;

wtorek 2025-07-22Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Sos pieczarkowy 70ml (GLU, MLE), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (MLE), Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2395.87 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz ogółem: 53.16 g; Węglowodany ogółem: 349.32 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 7.66 g; Sód: 1851.34 mg; Błonnik: 23.11 g; W tym cukry: 74.39 g; WW: 35.27 Por; Potas: 3607.49 mg; Wapń: 428.03 mg; Fosfor: 1171.80 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 318.73 mg;

wtorek 2025-07-22Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (MLE), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.04 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz ogółem: 36.22 g; Węglowodany ogółem: 352.36 g; Kw. tł. nasycone: 10.81 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1434.35 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 72.71 g; WW: 35.59 Por; Potas: 3286.67 mg; Wapń: 377.84 mg; Fosfor: 1054.64 mg; Żelazo: 8.21 mg; Magnez: 280.44 mg;

wtorek 2025-07-22Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (GLU), Sos pomidorowy b/glu 70ml , Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (MLE), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2282.57 kcal; Białko ogółem: 66.17 g; Tłuszcz ogółem: 55.36 g; Węglowodany ogółem: 335.06 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1113.31 mg; Błonnik: 24.19 g; W tym cukry: 73.84 g; WW: 33.75 Por; Potas: 3339.25 mg; Wapń: 386.31 mg; Fosfor: 929.67 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 265.48 mg;

wtorek 2025-07-22Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasztet drobiowy zapiekany 40g , Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2404.80 kcal; Białko ogółem: 77.03 g; Tłuszcz ogółem: 89.00 g; Węglowodany ogółem: 343.14 g; Kw. tł. nasycone: 16.31 g; Sól: 6.70 g; Sód: 2089.27 mg; Błonnik: 22.77 g; W tym cukry: 66.66 g; WW: 34.73 Por; Potas: 3574.34 mg; Wapń: 197.29 mg; Fosfor: 978.06 mg; Żelazo: 11.24 mg; Magnez: 315.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-07-22 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i cieciorą (wege) 300g (<i>GLU</i>), Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2217.66 kcal; Białko ogółem: 65.49 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 341.52 g; Kw. tł. nasycone: 15.05 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1851.63 mg; Błonnik: 34.39 g; W tym cukry: 82.92 g; WW: 34.42 Por; Potas: 3469.54 mg; Wapń: 749.69 mg; Fosfor: 1244.06 mg; Żelazo: 9.43 mg; Magnez: 316.54 mg;

wtorek 2025-07-22 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn		
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 2025-07-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną b/soli 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2292.19 kcal; Białko ogółem: 76.35 g; Tłuszcz ogółem: 44.74 g; Węglowodany ogółem: 357.50 g; Kw. tł. nasycone: 10.98 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1143.82 mg; Błonnik: 23.26 g; W tym cukry: 76.43 g; WW: 36.07 Por; Potas: 3705.17 mg; Wapń: 388.42 mg; Fosfor: 1059.73 mg; Żelazo: 8.89 mg; Magnez: 277.49 mg;

wtorek 2025-07-22 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2324.89 kcal; Białko ogółem: 81.26 g; Tłuszcz ogółem: 48.60 g; Węglowodany ogółem: 370.10 g; Kw. tł. nasycone: 11.22 g; Sól: 4.54 g; Sód: 1226.56 mg; Błonnik: 26.22 g; W tym cukry: 81.09 g; WW: 37.39 Por; Potas: 3825.91 mg; Wapń: 440.95 mg; Fosfor: 1125.81 mg; Żelazo: 9.19 mg; Magnez: 294.10 mg;

wtorek 2025-07-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Paszтет drobiowy zapiekany 40g , Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2370.95 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz ogółem: 81.82 g; Węglowodany ogółem: 271.22 g; Kw. tł. nasycone: 21.68 g; Sól: 7.38 g; Sód: 2892.14 mg; Błonnik: 34.43 g; W tym cukry: 40.21 g; WW: 27.24 Por; Potas: 3618.65 mg; Wapń: 1063.99 mg; Fosfor: 1821.37 mg; Żelazo: 14.07 mg; Magnez: 414.18 mg;

wtorek 2025-07-22 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Połędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Sos pomidorowy b/glu 70ml , Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.25 kcal; Białko ogółem: 51.50 g; Tłuszcz ogółem: 81.30 g; Węglowodany ogółem: 304.62 g; Kw. tł. nasycone: 13.91 g; Sól: 4.11 g; Sód: 1051.45 mg; Błonnik: 23.07 g; W tym cukry: 64.12 g; WW: 30.77 Por; Potas: 3123.12 mg; Wapń: 139.31 mg; Fosfor: 708.61 mg; Żelazo: 5.93 mg; Magnez: 244.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-07-23 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z makreli z twarogiem i zieleciną 40g (<i>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>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2577.05 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz ogółem: 81.03 g; Węglowodany ogółem: 323.78 g; Kw. tł. nasycone: 27.54 g; Sól: 8.14 g; Sód: 2893.63 mg; Błonnik: 35.64 g; W tym cukry: 75.25 g; WW: 32.45 Por; Potas: 4071.39 mg; Wapń: 538.85 mg; Fosfor: 1450.58 mg; Żelazo: 14.08 mg; Magnez: 386.96 mg;

środa 2025-07-23 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa warzywna z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z makreli z twarogiem i zieleciną 60g (<i>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>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2263.45 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz ogółem: 75.39 g; Węglowodany ogółem: 274.69 g; Kw. tł. nasycone: 26.09 g; Sól: 8.48 g; Sód: 3060.89 mg; Błonnik: 36.73 g; W tym cukry: 49.12 g; WW: 27.56 Por; Potas: 4157.49 mg; Wapń: 635.27 mg; Fosfor: 1593.58 mg; Żelazo: 14.02 mg; Magnez: 431.43 mg;

środa 2025-07-23 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>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2362.73 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz ogółem: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 381.36 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1163.72 mg; Błonnik: 27.38 g; W tym cukry: 96.02 g; WW: 38.47 Por; Potas: 4352.69 mg; Wapń: 440.98 mg; Fosfor: 1068.42 mg; Żelazo: 11.74 mg; Magnez: 324.77 mg;

środa 2025-07-23 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>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Pomidor b/skóry 90g , Sałata masłowa 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2258.33 kcal; Białko ogółem: 81.05 g; Tłuszcz ogółem: 44.27 g; Węglowodany ogółem: 371.57 g; Kw. tł. nasycone: 8.25 g; Sól: 4.58 g; Sód: 1163.72 mg; Błonnik: 27.38 g; W tym cukry: 96.02 g; WW: 37.47 Por; Potas: 4352.69 mg; Wapń: 440.98 mg; Fosfor: 1068.42 mg; Żelazo: 11.74 mg; Magnez: 324.77 mg;

środa 2025-07-23 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 , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2131.43 kcal; Białko ogółem: 56.74 g; Tłuszcz ogółem: 46.03 g; Węglowodany ogółem: 337.82 g; Kw. tł. nasycone: 8.70 g; Sól: 2.52 g; Sód: 336.72 mg; Błonnik: 29.11 g; W tym cukry: 86.00 g; WW: 34.05 Por; Potas: 3803.49 mg; Wapń: 214.78 mg; Fosfor: 661.52 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 232.07 mg;

środa 2025-07-23 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 2025-07-23 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Banan 1szt ,	Zupa warzywna z ryżem mix 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze (papka) 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.41 kcal; Białko ogółem: 75.13 g; Tłuszcz ogółem: 32.82 g; Węglowodany ogółem: 351.15 g; Kw. tł. nasycone: 9.57 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1089.83 mg; Błonnik: 27.29 g; W tym cukry: 80.89 g; WW: 35.51 Por; Potas: 3883.51 mg; Wapń: 434.54 mg; Fosfor: 1051.54 mg; Żelazo: 10.38 mg; Magnez: 310.98 mg;

środa 2025-07-23 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z jogurtem 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 50g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2420.46 kcal; Białko ogółem: 93.34 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 367.32 g; Kw. tł. nasycone: 10.65 g; Sól: 5.32 g; Sód: 1187.48 mg; Błonnik: 27.38 g; W tym cukry: 97.92 g; WW: 37.04 Por; Potas: 4413.71 mg; Wapń: 491.74 mg; Fosfor: 1191.00 mg; Żelazo: 11.84 mg; Magnez: 329.64 mg;

środa 2025-07-23 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2276.78 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz ogółem: 44.45 g; Węglowodany ogółem: 359.00 g; Kw. tł. nasycone: 8.59 g; Sól: 4.43 g; Sód: 1096.81 mg; Błonnik: 22.27 g; W tym cukry: 89.46 g; WW: 36.20 Por; Potas: 3876.72 mg; Wapń: 394.97 mg; Fosfor: 988.84 mg; Żelazo: 10.70 mg; Magnez: 301.54 mg;

środa 2025-07-23 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.82 kcal; Białko ogółem: 61.97 g; Tłuszcz ogółem: 44.55 g; Węglowodany ogółem: 335.12 g; Kw. tł. nasycone: 8.47 g; Sól: 2.45 g; Sód: 350.87 mg; Błonnik: 29.31 g; W tym cukry: 93.61 g; WW: 33.76 Por; Potas: 3936.79 mg; Wapń: 382.49 mg; Fosfor: 736.62 mg; Żelazo: 7.71 mg; Magnez: 233.85 mg;

środa 2025-07-23 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 50g , Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 100g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2216.39 kcal; Białko ogółem: 82.98 g; Tłuszcz ogółem: 63.06 g; Węglowodany ogółem: 351.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.25 g; Sól: 4.66 g; Sód: 1241.49 mg; Błonnik: 26.54 g; W tym cukry: 90.30 g; WW: 35.50 Por; Potas: 4381.97 mg; Wapń: 242.58 mg; Fosfor: 928.29 mg; Żelazo: 11.20 mg; Magnez: 290.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-07-23		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szyńka delikatesowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1940.03 kcal; Białko ogółem: 54.26 g; Tłuszcz ogółem: 65.39 g; Węglowodany ogółem: 300.09 g; Kw. tł. nasycone: 12.40 g; Sól: 3.31 g; Sód: 275.22 mg; Błonnik: 28.26 g; W tym cukry: 85.47 g; WW: 30.29 Por; Potas: 3707.79 mg; Wapń: 183.14 mg; Fosfor: 591.02 mg; Żelazo: 7.59 mg; Magnez: 214.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-07-24 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), 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 miękko kl. M 1szt (<i>JAJ</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Sałatka owocowa z jabłka, gruszek i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2229.86 kcal; Białko ogółem: 83.71 g; Tłuszcz ogółem: 46.91 g; Węglowodany ogółem: 316.39 g; Kw. tł. nasycone: 17.08 g; Sól: 6.89 g; Sód: 2107.28 mg; Błonnik: 38.14 g; W tym cukry: 71.51 g; WW: 31.76 Por; Potas: 4413.65 mg; Wapń: 760.63 mg; Fosfor: 1364.81 mg; Żelazo: 13.31 mg; Magnez: 341.99 mg;

czwartek 2025-07-24 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor 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>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1842.74 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz ogółem: 43.05 g; Węglowodany ogółem: 243.70 g; Kw. tł. nasycone: 15.17 g; Sól: 7.65 g; Sód: 2167.91 mg; Błonnik: 34.43 g; W tym cukry: 30.92 g; WW: 24.55 Por; Potas: 4102.75 mg; Wapń: 825.19 mg; Fosfor: 1447.86 mg; Żelazo: 12.92 mg; Magnez: 354.48 mg;

czwartek 2025-07-24 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka owocowa z jabłka, gruszek i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2327.91 kcal; Białko ogółem: 77.36 g; Tłuszcz ogółem: 63.53 g; Węglowodany ogółem: 323.94 g; Kw. tł. nasycone: 25.43 g; Sól: 6.93 g; Sód: 1947.89 mg; Błonnik: 23.25 g; W tym cukry: 56.23 g; WW: 32.62 Por; Potas: 3840.24 mg; Wapń: 431.80 mg; Fosfor: 949.62 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 282.83 mg;

czwartek 2025-07-24 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka owocowa z jabłka, gruszek i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2223.51 kcal; Białko ogółem: 78.40 g; Tłuszcz ogółem: 63.21 g; Węglowodany ogółem: 314.16 g; Kw. tł. nasycone: 23.28 g; Sól: 6.92 g; Sód: 1947.89 mg; Błonnik: 23.25 g; W tym cukry: 56.23 g; WW: 31.62 Por; Potas: 3840.24 mg; Wapń: 431.80 mg; Fosfor: 949.62 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 282.83 mg;

czwartek 2025-07-24 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka owocowa z jabłka, gruszek i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1937.31 kcal; Białko ogółem: 50.79 g; Tłuszcz ogółem: 58.62 g; Węglowodany ogółem: 258.16 g; Kw. tł. nasycone: 18.98 g; Sól: 4.03 g; Sód: 1041.99 mg; Błonnik: 25.19 g; W tym cukry: 45.78 g; WW: 25.94 Por; Potas: 3312.34 mg; Wapń: 204.80 mg; Fosfor: 586.22 mg; Żelazo: 7.09 mg; Magnez: 213.73 mg;

czwartek 2025-07-24 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyniu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 200ml 1szt ,	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: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: 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 2025-07-24 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami mix 300ml (MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą mix 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki puree 200g , Kalafior gotowany na parze mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.01 kcal; Białko ogółem: 75.70 g; Tłuszcz ogółem: 47.66 g; Węglowodany ogółem: 282.15 g; Kw. tł. nasycone: 20.33 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1231.59 mg; Błonnik: 24.67 g; W tym cukry: 36.23 g; WW: 28.58 Por; Potas: 3662.60 mg; Wapń: 412.92 mg; Fosfor: 989.42 mg; Żelazo: 9.89 mg; Magnez: 250.94 mg;

czwartek 2025-07-24 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Kefir 150g 1szt (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s z zieleciną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sałatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2397.94 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz ogółem: 74.89 g; Węglowodany ogółem: 307.02 g; Kw. tł. nasycone: 30.94 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1390.69 mg; Błonnik: 24.19 g; W tym cukry: 66.28 g; WW: 30.84 Por; Potas: 4275.84 mg; Wapń: 590.10 mg; Fosfor: 1083.42 mg; Żelazo: 10.35 mg; Magnez: 266.03 mg;

czwartek 2025-07-24 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Sałatka z pomidora b/s z zieleciną i olejem b/cebuli 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.97 kcal; Białko ogółem: 71.47 g; Tłuszcz ogółem: 58.14 g; Węglowodany ogółem: 301.66 g; Kw. tł. nasycone: 23.39 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1576.38 mg; Błonnik: 18.91 g; W tym cukry: 51.59 g; WW: 30.30 Por; Potas: 3339.76 mg; Wapń: 357.67 mg; Fosfor: 876.75 mg; Żelazo: 8.31 mg; Magnez: 234.03 mg;

czwartek 2025-07-24 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami b/glu 300ml (MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Sałatka z pomidora b/s z zieleciną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sałatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2410.27 kcal; Białko ogółem: 63.89 g; Tłuszcz ogółem: 70.59 g; Węglowodany ogółem: 335.75 g; Kw. tł. nasycone: 24.45 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1190.32 mg; Błonnik: 25.60 g; W tym cukry: 52.94 g; WW: 33.64 Por; Potas: 2671.28 mg; Wapń: 403.66 mg; Fosfor: 757.60 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 195.59 mg;

czwartek 2025-07-24 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szyntka delikatesowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s z zieleciną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Jajko got. na miękko kl. M 1szt (JAJ), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt ,	Posiłek nocny: Sałatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1999.06 kcal; Białko ogółem: 73.62 g; Tłuszcz ogółem: 60.59 g; Węglowodany ogółem: 302.79 g; Kw. tł. nasycone: 14.25 g; Sól: 7.30 g; Sód: 1959.29 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 50.63 g; WW: 30.54 Por; Potas: 3819.54 mg; Wapń: 230.30 mg; Fosfor: 727.22 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 262.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-07-24			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Papryka konserwowa 100g ,			Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu w plasterkach 100g (<i>SOJ</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Sałatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2069.00 kcal; Białko ogółem: 80.06 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 286.61 g; Kw. tł. nasycone: 18.26 g; Sól: 4.93 g; Sód: 1877.89 mg; Błonnik: 33.98 g; W tym cukry: 57.75 g; WW: 28.76 Por; Potas: 3591.44 mg; Wapń: 934.85 mg; Fosfor: 1335.66 mg; Żelazo: 10.60 mg; Magnez: 291.39 mg;

czwartek 2025-07-24			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 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 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 2025-07-24			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Sałatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2246.46 kcal; Białko ogółem: 74.55 g; Tłuszcz ogółem: 62.32 g; Węglowodany ogółem: 326.33 g; Kw. tł. nasycone: 24.85 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1252.24 mg; Błonnik: 24.19 g; W tym cukry: 59.22 g; WW: 32.83 Por; Potas: 4072.59 mg; Wapń: 418.60 mg; Fosfor: 943.52 mg; Żelazo: 10.15 mg; Magnez: 248.83 mg;

czwartek 2025-07-24			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Sałatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2178.39 kcal; Białko ogółem: 74.75 g; Tłuszcz ogółem: 62.54 g; Węglowodany ogółem: 315.57 g; Kw. tł. nasycone: 24.94 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1254.49 mg; Błonnik: 24.19 g; W tym cukry: 59.46 g; WW: 31.76 Por; Potas: 4079.64 mg; Wapń: 424.60 mg; Fosfor: 947.82 mg; Żelazo: 10.16 mg; Magnez: 249.43 mg;

czwartek 2025-07-24			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 249ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,			Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na miękko kl. M 1szt (<i>JAJ</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2007.50 kcal; Białko ogółem: 84.60 g; Tłuszcz ogółem: 63.90 g; Węglowodany ogółem: 238.57 g; Kw. tł. nasycone: 25.03 g; Sól: 8.22 g; Sód: 2420.40 mg; Błonnik: 30.45 g; W tym cukry: 30.02 g; WW: 24.10 Por; Potas: 4023.63 mg; Wapń: 528.96 mg; Fosfor: 1239.35 mg; Żelazo: 12.13 mg; Magnez: 381.80 mg;

czwartek 2025-07-24			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szyńka delikatkowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,			Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml i b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Połędwica sopocka wieprzowa 50g (<i>SOJ, MLE</i>), Jajko got. na miękko kl. M 1szt (<i>JAJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
			Posiłek nocny: Sałatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.87 kcal; Białko ogółem: 57.01 g; Tłuszcz ogółem: 66.62 g; Węglowodany ogółem: 300.66 g; Kw. tł. nasycone: 14.18 g; Sól: 4.77 g; Sód: 854.17 mg; Błonnik: 24.05 g; W tym cukry: 43.82 g; WW: 30.17 Por; Potas: 2383.53 mg; Wapń: 175.76 mg; Fosfor: 534.05 mg; Żelazo: 6.39 mg; Magnez: 168.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 50g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 50g (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jabłko 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2428.46 kcal; Białko ogółem: 85.60 g; Tłuszcz ogółem: 65.43 g; Węglowodany ogółem: 322.02 g; Kw. tł. nasycone: 27.73 g; Sól: 5.52 g; Sód: 1780.67 mg; Błonnik: 40.19 g; W tym cukry: 74.83 g; WW: 32.27 Por; Potas: 3271.15 mg; Wapń: 484.97 mg; Fosfor: 934.69 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 251.95 mg;

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła i pomidora z olejem 150g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2096.64 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz ogółem: 66.13 g; Węglowodany ogółem: 258.12 g; Kw. tł. nasycone: 24.97 g; Sól: 5.44 g; Sód: 1784.74 mg; Błonnik: 41.13 g; W tym cukry: 51.75 g; WW: 25.87 Por; Potas: 3524.47 mg; Wapń: 575.05 mg; Fosfor: 1106.50 mg; Żelazo: 10.78 mg; Magnez: 294.42 mg;

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</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 40g , Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2063.76 kcal; Białko ogółem: 81.73 g; Tłuszcz ogółem: 36.06 g; Węglowodany ogółem: 313.84 g; Kw. tł. nasycone: 12.92 g; Sól: 4.51 g; Sód: 1017.51 mg; Błonnik: 23.17 g; W tym cukry: 78.56 g; WW: 31.74 Por; Potas: 3155.33 mg; Wapń: 357.26 mg; Fosfor: 624.73 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 227.18 mg;

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</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>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1966.50 kcal; Białko ogółem: 84.81 g; Tłuszcz ogółem: 35.54 g; Węglowodany ogółem: 304.57 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1017.51 mg; Błonnik: 23.17 g; W tym cukry: 78.68 g; WW: 30.81 Por; Potas: 3155.33 mg; Wapń: 357.26 mg; Fosfor: 624.73 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 227.18 mg;

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</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 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1708.94 kcal; Białko ogółem: 56.88 g; Tłuszcz ogółem: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 279.77 g; Kw. tł. nasycone: 7.71 g; Sól: 2.27 g; Sód: 203.91 mg; Błonnik: 26.06 g; W tym cukry: 71.10 g; WW: 28.28 Por; Potas: 2833.45 mg; Wapń: 154.60 mg; Fosfor: 380.09 mg; Żelazo: 4.33 mg; Magnez: 173.29 mg;

piątek 2025-07-25 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.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 2025-07-25Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twarożek z brzoskwinia 40g (MLE), Pasta warzywna 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami (papka) 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki (papka) 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1717.40 kcal; Białko ogółem: 76.43 g; Tłuszcz ogółem: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 267.63 g; Kw. tł. nasycone: 8.07 g; Sól: 2.75 g; Sód: 1032.85 mg; Błonnik: 23.37 g; W tym cukry: 36.67 g; WW: 27.12 Por; Potas: 2546.11 mg; Wapń: 378.11 mg; Fosfor: 693.66 mg; Żelazo: 6.91 mg; Magnez: 182.89 mg;

piątek 2025-07-25Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twarożek z brzoskwinia 80g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2047.48 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz ogółem: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 318.46 g; Kw. tł. nasycone: 12.21 g; Sól: 4.56 g; Sód: 1060.03 mg; Błonnik: 23.49 g; W tym cukry: 84.80 g; WW: 32.17 Por; Potas: 3364.03 mg; Wapń: 441.96 mg; Fosfor: 738.69 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 235.21 mg;

piątek 2025-07-25Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twarożek z brzoskwinia 40g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Ser mozzarella 30g (MLE), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1876.15 kcal; Białko ogółem: 79.64 g; Tłuszcz ogółem: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 292.26 g; Kw. tł. nasycone: 10.06 g; Sól: 4.29 g; Sód: 958.10 mg; Błonnik: 19.24 g; W tym cukry: 71.80 g; WW: 29.53 Por; Potas: 2830.62 mg; Wapń: 313.51 mg; Fosfor: 579.95 mg; Żelazo: 5.84 mg; Magnez: 207.78 mg;

piątek 2025-07-25Jadłospis 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 sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salatk z brokula i pomidora z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1976.42 kcal; Białko ogółem: 66.92 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 289.36 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 2.29 g; Sód: 261.31 mg; Błonnik: 26.79 g; W tym cukry: 75.84 g; WW: 29.20 Por; Potas: 2964.63 mg; Wapń: 330.26 mg; Fosfor: 517.23 mg; Żelazo: 4.59 mg; Magnez: 195.08 mg;

piątek 2025-07-25Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Polędwica miodowa drobiowa 60g , Mus z jabłka na słodko 60g (S02), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Ser wege 60g , Salatk z brokula i pomidora z olejem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasta warzywna 50g , Ogórek świeży b/skóry 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 200ml 1szt ,	Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1746.24 kcal; Białko ogółem: 63.10 g; Tłuszcz ogółem: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 298.84 g; Kw. tł. nasycone: 8.77 g; Sól: 4.25 g; Sód: 1067.47 mg; Błonnik: 26.27 g; W tym cukry: 70.40 g; WW: 30.32 Por; Potas: 3155.97 mg; Wapń: 181.42 mg; Fosfor: 475.90 mg; Żelazo: 7.38 mg; Magnez: 226.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twarożek z brzoskwinia 40g (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2280.30 kcal; Białko ogółem: 87.85 g; Tłuszcz ogółem: 64.62 g; Węglowodany ogółem: 299.89 g; Kw. tł. nasycone: 28.58 g; Sól: 5.04 g; Sód: 1872.14 mg; Błonnik: 37.06 g; W tym cukry: 82.91 g; WW: 30.15 Por; Potas: 3648.76 mg; Wapń: 771.47 mg; Fosfor: 1042.98 mg; Żelazo: 9.16 mg; Magnez: 292.02 mg;

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa b/ml 500ml (GLU, MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem na mleku roślinnym b/ml (mix g.budyń) 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2221.50 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz ogółem: 54.27 g; Węglowodany ogółem: 333.30 g; Kw. tł. nasycone: 4.84 g; Sól: 1.08 g; Sód: 428.15 mg; Błonnik: 24.26 g; W tym cukry: 49.00 g; WW: 33.62 Por; Potas: 4514.30 mg; Wapń: 208.04 mg; Fosfor: 1391.92 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twarożek z brzoskwinia 40g (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/soli 300ml (MLE, SEL, S02), Ziemniaki b/soli 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Cukinia gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2073.74 kcal; Białko ogółem: 81.68 g; Tłuszcz ogółem: 35.59 g; Węglowodany ogółem: 318.22 g; Kw. tł. nasycone: 12.96 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1025.26 mg; Błonnik: 24.08 g; W tym cukry: 81.53 g; WW: 32.17 Por; Potas: 3449.95 mg; Wapń: 358.54 mg; Fosfor: 642.75 mg; Żelazo: 6.89 mg; Magnez: 233.64 mg;

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Twarożek z brzoskwinia 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Polędwica miodowa drobiowa 40g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1947.01 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 306.87 g; Kw. tł. nasycone: 11.83 g; Sól: 4.31 g; Sód: 967.12 mg; Błonnik: 20.89 g; W tym cukry: 75.10 g; WW: 31.03 Por; Potas: 3195.58 mg; Wapń: 330.13 mg; Fosfor: 615.59 mg; Żelazo: 6.38 mg; Magnez: 220.39 mg;

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salátka masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2019.24 kcal; Białko ogółem: 84.12 g; Tłuszcz ogółem: 62.43 g; Węglowodany ogółem: 247.05 g; Kw. tł. nasycone: 25.99 g; Sól: 5.94 g; Sód: 1758.77 mg; Błonnik: 34.94 g; W tym cukry: 45.82 g; WW: 24.87 Por; Potas: 2994.57 mg; Wapń: 496.91 mg; Fosfor: 962.31 mg; Żelazo: 9.51 mg; Magnez: 276.04 mg;

piątek 2025-07-25 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Mus z jabłka na słodko 60g (S02), Salátka masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta drobiowa 60g , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1735.64 kcal; Białko ogółem: 58.68 g; Tłuszcz ogółem: 55.11 g; Węglowodany ogółem: 257.87 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 2.56 g; Sód: 221.35 mg; Błonnik: 27.13 g; W tym cukry: 64.91 g; WW: 26.09 Por; Potas: 2875.40 mg; Wapń: 119.56 mg; Fosfor: 397.95 mg; Żelazo: 4.59 mg; Magnez: 185.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka colesław z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Mizeria 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>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Mus owocowy 100g 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2441.43 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz ogółem: 54.86 g; Węglowodany ogółem: 341.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.37 g; Sól: 7.13 g; Sód: 2439.30 mg; Błonnik: 31.61 g; W tym cukry: 71.88 g; WW: 34.30 Por; Potas: 3559.61 mg; Wapń: 916.06 mg; Fosfor: 1391.83 mg; Żelazo: 9.93 mg; Magnez: 351.16 mg;

sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka colesław z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Mizeria 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 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Cykoria 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: 1899.56 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz ogółem: 40.10 g; Węglowodany ogółem: 256.53 g; Kw. tł. nasycone: 16.23 g; Sól: 7.44 g; Sód: 2577.75 mg; Błonnik: 33.17 g; W tym cukry: 44.15 g; WW: 25.65 Por; Potas: 3481.17 mg; Wapń: 1000.88 mg; Fosfor: 1515.16 mg; Żelazo: 10.32 mg; Magnez: 375.25 mg;

sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Mizeria z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2055.26 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz ogółem: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 318.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.39 g; Sól: 3.09 g; Sód: 1109.20 mg; Błonnik: 18.61 g; W tym cukry: 69.25 g; WW: 32.03 Por; Potas: 3392.20 mg; Wapń: 590.93 mg; Fosfor: 1118.84 mg; Żelazo: 7.54 mg; Magnez: 232.92 mg;

sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Mizeria z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1950.86 kcal; Białko ogółem: 88.78 g; Tłuszcz ogółem: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 308.42 g; Kw. tł. nasycone: 9.24 g; Sól: 3.08 g; Sód: 1109.20 mg; Błonnik: 18.61 g; W tym cukry: 69.25 g; WW: 31.03 Por; Potas: 3392.20 mg; Wapń: 590.93 mg; Fosfor: 1118.84 mg; Żelazo: 7.54 mg; Magnez: 232.92 mg;

sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Mizeria 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>), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1755.64 kcal; Białko ogółem: 53.59 g; Tłuszcz ogółem: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 271.64 g; Kw. tł. nasycone: 8.23 g; Sól: 2.20 g; Sód: 245.94 mg; Błonnik: 21.51 g; W tym cukry: 57.82 g; WW: 27.31 Por; Potas: 2814.02 mg; Wapń: 323.55 mg; Fosfor: 656.05 mg; Żelazo: 4.99 mg; Magnez: 166.66 mg;

sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, 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 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką (papka) 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik ryżowy (papka) 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki puree 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze(papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2002.01 kcal; Białko ogółem: 90.89 g; Tłuszcz ogółem: 31.04 g; Węglowodany ogółem: 301.02 g; Kw. tł. nasycone: 10.66 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1086.18 mg; Błonnik: 23.96 g; W tym cukry: 54.92 g; WW: 30.47 Por; Potas: 3277.96 mg; Wapń: 602.87 mg; Fosfor: 1116.84 mg; Żelazo: 8.60 mg; Magnez: 237.83 mg;

sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Szynka z indykiem 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Salata masłowa 10g , Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (MLE), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2079.10 kcal; Białko ogółem: 96.54 g; Tłuszcz ogółem: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 302.53 g; Kw. tł. nasycone: 10.98 g; Sól: 4.05 g; Sód: 1118.00 mg; Błonnik: 18.61 g; W tym cukry: 70.13 g; WW: 30.42 Por; Potas: 3414.80 mg; Wapń: 609.73 mg; Fosfor: 1164.24 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 234.72 mg;

sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1921.42 kcal; Białko ogółem: 84.82 g; Tłuszcz ogółem: 31.89 g; Węglowodany ogółem: 287.55 g; Kw. tł. nasycone: 9.41 g; Sól: 2.99 g; Sód: 1067.16 mg; Błonnik: 14.28 g; W tym cukry: 54.12 g; WW: 28.96 Por; Potas: 2883.97 mg; Wapń: 522.66 mg; Fosfor: 1043.67 mg; Żelazo: 6.45 mg; Magnez: 205.83 mg;

sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (MLE), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1946.12 kcal; Białko ogółem: 70.67 g; Tłuszcz ogółem: 39.57 g; Węglowodany ogółem: 288.55 g; Kw. tł. nasycone: 9.94 g; Sól: 1.19 g; Sód: 346.92 mg; Błonnik: 22.55 g; W tym cukry: 66.50 g; WW: 28.99 Por; Potas: 3148.74 mg; Wapń: 550.39 mg; Fosfor: 942.62 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 194.88 mg;

sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Salata masłowa 10g , Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka z indykiem 50g (SOJ), Cykorja 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1823.22 kcal; Białko ogółem: 73.07 g; Tłuszcz ogółem: 51.57 g; Węglowodany ogółem: 277.24 g; Kw. tł. nasycone: 11.61 g; Sól: 5.64 g; Sód: 1124.85 mg; Błonnik: 22.35 g; W tym cukry: 43.76 g; WW: 27.95 Por; Potas: 3037.90 mg; Wapń: 203.43 mg; Fosfor: 762.38 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 201.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Mizeria 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>), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.28 kcal; Białko ogółem: 63.33 g; Tłuszcz ogółem: 44.49 g; Węglowodany ogółem: 323.74 g; Kw. tł. nasycone: 15.67 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1577.71 mg; Błonnik: 38.51 g; W tym cukry: 76.40 g; WW: 32.44 Por; Potas: 3217.38 mg; Wapń: 926.49 mg; Fosfor: 1086.93 mg; Żelazo: 8.65 mg; Magnez: 268.59 mg;

sobota 2025-07-26 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 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Mizeria 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>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.73 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz ogółem: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 319.43 g; Kw. tł. nasycone: 11.25 g; Sól: 3.16 g; Sód: 1138.00 mg; Błonnik: 19.17 g; W tym cukry: 69.54 g; WW: 32.16 Por; Potas: 3590.31 mg; Wapń: 588.50 mg; Fosfor: 1210.52 mg; Żelazo: 7.79 mg; Magnez: 249.57 mg;

sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Mizeria z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.15 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz ogółem: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 326.86 g; Kw. tł. nasycone: 10.94 g; Sól: 3.23 g; Sód: 1165.99 mg; Błonnik: 22.69 g; W tym cukry: 73.60 g; WW: 32.92 Por; Potas: 3652.05 mg; Wapń: 612.66 mg; Fosfor: 1155.68 mg; Żelazo: 8.01 mg; Magnez: 246.91 mg;

sobota 2025-07-26 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Cykoria 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: 1775.67 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz ogółem: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 252.53 g; Kw. tł. nasycone: 9.20 g; Sól: 6.25 g; Sód: 2012.45 mg; Błonnik: 30.31 g; W tym cukry: 42.98 g; WW: 25.33 Por; Potas: 3309.77 mg; Wapń: 545.80 mg; Fosfor: 1284.01 mg; Żelazo: 9.79 mg; Magnez: 351.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-07-26		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ , GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL , S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 40g (SQJ), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1764.04 kcal; Białko ogółem: 49.27 g; Tłuszcz ogółem: 70.89 g; Węglowodany ogółem: 238.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.04 g; Sól: 1.82 g; Sód: 245.19 mg; Błonnik: 26.70 g; W tym cukry: 41.20 g; WW: 24.02 Por; Potas: 2847.48 mg; Wapń: 181.03 mg; Fosfor: 600.90 mg; Żelazo: 5.41 mg; Magnez: 163.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-07-27 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 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 60g , Papryka konserwowa 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2466.50 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz ogółem: 53.60 g; Węglowodany ogółem: 315.53 g; Kw. tł. nasycone: 14.73 g; Sól: 6.97 g; Sód: 1759.94 mg; Błonnik: 39.34 g; W tym cukry: 61.68 g; WW: 31.54 Por; Potas: 2912.94 mg; Wapń: 686.42 mg; Fosfor: 1305.02 mg; Żelazo: 11.20 mg; Magnez: 272.01 mg;

niedziela 2025-07-27 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 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i> , <i>MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 60g , Papryka konserwowa 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2166.56 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz ogółem: 49.17 g; Węglowodany ogółem: 269.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.50 g; Sól: 6.96 g; Sód: 1791.13 mg; Błonnik: 40.51 g; W tym cukry: 40.99 g; WW: 26.89 Por; Potas: 3121.63 mg; Wapń: 704.61 mg; Fosfor: 1402.64 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 310.36 mg;

niedziela 2025-07-27 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.32 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz ogółem: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 314.45 g; Kw. tł. nasycone: 11.02 g; Sól: 7.79 g; Sód: 1851.00 mg; Błonnik: 26.00 g; W tym cukry: 47.06 g; WW: 31.72 Por; Potas: 2720.15 mg; Wapń: 515.03 mg; Fosfor: 959.96 mg; Żelazo: 9.52 mg; Magnez: 246.91 mg;

niedziela 2025-07-27 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2036.04 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz ogółem: 40.20 g; Węglowodany ogółem: 295.91 g; Kw. tł. nasycone: 8.84 g; Sól: 7.78 g; Sód: 1851.00 mg; Błonnik: 26.00 g; W tym cukry: 47.06 g; WW: 29.82 Por; Potas: 2720.15 mg; Wapń: 515.03 mg; Fosfor: 959.96 mg; Żelazo: 9.52 mg; Magnez: 246.91 mg;

niedziela 2025-07-27 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 80g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią indyczą 40g , Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1893.51 kcal; Białko ogółem: 59.45 g; Tłuszcz ogółem: 39.89 g; Węglowodany ogółem: 286.63 g; Kw. tł. nasycone: 8.86 g; Sól: 4.35 g; Sód: 983.04 mg; Błonnik: 29.28 g; W tym cukry: 31.95 g; WW: 28.86 Por; Potas: 2050.45 mg; Wapń: 213.63 mg; Fosfor: 532.84 mg; Żelazo: 6.92 mg; Magnez: 177.03 mg;

niedziela 2025-07-27 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</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.bydyniu) 100ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,
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 2025-07-27		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 drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Rosół z makaronem (papk) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Schab gotowany na parze - rozdrobniony 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna (papk) 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze (papk) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Kcal: 2015.64 kcal; Białko ogółem: 86.85 g; Tłuszcz ogółem: 38.49 g; Węglowodany ogółem: 292.59 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 3.72 g; Sód: 1140.94 mg; Błonnik: 27.75 g; W tym cukry: 43.25 g; WW: 29.52 Por; Potas: 2568.32 mg; Wapń: 528.46 mg; Fosfor: 1036.02 mg; Żelazo: 8.60 mg; Magnez: 213.16 mg;			
niedziela 2025-07-27		Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,
Wartości odżywcze: Kcal: 2337.72 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz ogółem: 63.30 g; Węglowodany ogółem: 304.29 g; Kw. tł. nasycone: 24.41 g; Sól: 6.63 g; Sód: 1385.60 mg; Błonnik: 25.50 g; W tym cukry: 48.32 g; WW: 30.64 Por; Potas: 2660.75 mg; Wapń: 530.03 mg; Fosfor: 1006.76 mg; Żelazo: 9.24 mg; Magnez: 208.71 mg;			
niedziela 2025-07-27		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>), Buraczki gotowane plastry 50g , Dżem szt - 25g 1szt ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,
Wartości odżywcze: Kcal: 2034.05 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz ogółem: 40.40 g; Węglowodany ogółem: 288.72 g; Kw. tł. nasycone: 9.29 g; Sól: 5.92 g; Sód: 1104.09 mg; Błonnik: 19.86 g; W tym cukry: 39.96 g; WW: 29.02 Por; Potas: 1980.96 mg; Wapń: 415.02 mg; Fosfor: 847.96 mg; Żelazo: 7.02 mg; Magnez: 166.34 mg;			
niedziela 2025-07-27		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,		Rosół z makaronem b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,
Wartości odżywcze: Kcal: 2023.99 kcal; Białko ogółem: 66.85 g; Tłuszcz ogółem: 40.79 g; Węglowodany ogółem: 308.08 g; Kw. tł. nasycone: 8.19 g; Sól: 4.52 g; Sód: 1003.00 mg; Błonnik: 25.88 g; W tym cukry: 31.87 g; WW: 30.97 Por; Potas: 2215.98 mg; Wapń: 230.16 mg; Fosfor: 595.62 mg; Żelazo: 7.16 mg; Magnez: 172.44 mg;			
niedziela 2025-07-27		Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Buraczki gotowane plastry 100g , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z białej fasoli 60g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Polędwica miodowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Arbuz 100g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Kcal: 2198.13 kcal; Białko ogółem: 84.15 g; Tłuszcz ogółem: 56.42 g; Węglowodany ogółem: 326.00 g; Kw. tł. nasycone: 12.56 g; Sól: 7.85 g; Sód: 1860.39 mg; Błonnik: 25.19 g; W tym cukry: 39.85 g; WW: 32.88 Por; Potas: 2302.49 mg; Wapń: 224.19 mg; Fosfor: 723.49 mg; Żelazo: 9.14 mg; Magnez: 211.56 mg;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-07-27			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Rzodkiewka biała 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Leczo warzywne z cukinią 150g (<i>GLU, SEL</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 60g , Pomidor 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.78 kcal; Białko ogółem: 66.39 g; Tłuszcz ogółem: 50.35 g; Węglowodany ogółem: 324.68 g; Kw. tł. nasycone: 14.21 g; Sól: 6.35 g; Sód: 2349.12 mg; Błonnik: 46.27 g; W tym cukry: 56.83 g; WW: 32.53 Por; Potas: 3083.26 mg; Wapń: 919.01 mg; Fosfor: 1206.04 mg; Żelazo: 11.44 mg; Magnez: 322.26 mg;

niedziela 2025-07-27			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
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 ,
II Śniadanie: Budyń 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 2025-07-27			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,			Rosół z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szyunka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2102.37 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz ogółem: 38.13 g; Węglowodany ogółem: 315.11 g; Kw. tł. nasycone: 11.28 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1148.41 mg; Błonnik: 25.78 g; W tym cukry: 47.13 g; WW: 31.77 Por; Potas: 2647.95 mg; Wapń: 501.83 mg; Fosfor: 937.16 mg; Żelazo: 9.26 mg; Magnez: 205.70 mg;

niedziela 2025-07-27			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szyunka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2066.12 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz ogółem: 39.76 g; Węglowodany ogółem: 313.04 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 6.03 g; Sód: 1148.80 mg; Błonnik: 25.78 g; W tym cukry: 47.26 g; WW: 31.58 Por; Potas: 2647.95 mg; Wapń: 501.83 mg; Fosfor: 937.16 mg; Żelazo: 9.26 mg; Magnez: 205.71 mg;

niedziela 2025-07-27			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szyunka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.84 kcal; Białko ogółem: 106.90 g; Tłuszcz ogółem: 58.45 g; Węglowodany ogółem: 280.12 g; Kw. tł. nasycone: 19.70 g; Sól: 8.69 g; Sód: 2209.03 mg; Błonnik: 36.47 g; W tym cukry: 47.84 g; WW: 28.20 Por; Potas: 3392.94 mg; Wapń: 605.95 mg; Fosfor: 1312.77 mg; Żelazo: 13.41 mg; Magnez: 368.95 mg;

niedziela 2025-07-27			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szyunka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,			Rosół z makaronem b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Szyunka wieprzowa duszona 100g , Ryż na sypko 200g , Sos własny b/glu 60ml , Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szyunka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
			Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1949.57 kcal; Białko ogółem: 62.19 g; Tłuszcz ogółem: 59.60 g; Węglowodany ogółem: 303.02 g; Kw. tł. nasycone: 13.89 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1003.00 mg; Błonnik: 25.88 g; W tym cukry: 31.78 g; WW: 30.51 Por; Potas: 2215.98 mg; Wapń: 230.16 mg; Fosfor: 595.62 mg; Żelazo: 7.16 mg; Magnez: 172.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów