

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-08Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Kielbasa krakowska 40g (GLU, SOJ), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (GLU, JAJ, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 40g (JAJ, GOR), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka gotowana - wędlina 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), 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: 2360.25 kcal; Białko ogółem: 71.71 g; Tłuszcz ogółem: 46.43 g; Węglowodany ogółem: 352.06 g; Kw. tł. nasycone: 13.19 g; Sól: 6.16 g; Sód: 1497.84 mg; Błonnik: 38.12 g; W tym cukry: 100.79 g; WW: 35.25 Por; Potas: 3251.49 mg; Wapń: 648.91 mg; Fosfor: 1096.22 mg; Żelazo: 9.89 mg; Magnez: 266.09 mg;

poniedziałek 2025-09-08Jadłospis 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), Kielbasa krakowska 40g (GLU, SOJ), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron pełnoziarnisty z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (GLU, JAJ, MLE), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 40g (JAJ, GOR), Pomidor 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka gotowana - wędlina 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), 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: 2026.17 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz ogółem: 43.43 g; Węglowodany ogółem: 297.51 g; Kw. tł. nasycone: 10.22 g; Sól: 6.16 g; Sód: 1532.94 mg; Błonnik: 39.52 g; W tym cukry: 57.42 g; WW: 29.75 Por; Potas: 3317.69 mg; Wapń: 628.51 mg; Fosfor: 1195.22 mg; Żelazo: 10.89 mg; Magnez: 299.09 mg;

poniedziałek 2025-09-08Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (GLU, SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron z brokulem i serem białym 400g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2327.63 kcal; Białko ogółem: 75.19 g; Tłuszcz ogółem: 47.00 g; Węglowodany ogółem: 366.55 g; Kw. tł. nasycone: 12.49 g; Sól: 6.45 g; Sód: 1775.18 mg; Błonnik: 23.98 g; W tym cukry: 104.89 g; WW: 36.98 Por; Potas: 3323.76 mg; Wapń: 604.25 mg; Fosfor: 902.84 mg; Żelazo: 7.11 mg; Magnez: 270.98 mg;

poniedziałek 2025-09-08Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (GLU, SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron z brokulem i serem białym 400g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2223.23 kcal; Białko ogółem: 76.23 g; Tłuszcz ogółem: 46.68 g; Węglowodany ogółem: 356.76 g; Kw. tł. nasycone: 10.34 g; Sól: 6.44 g; Sód: 1775.18 mg; Błonnik: 23.98 g; W tym cukry: 104.89 g; WW: 35.98 Por; Potas: 3323.76 mg; Wapń: 604.25 mg; Fosfor: 902.84 mg; Żelazo: 7.11 mg; Magnez: 270.98 mg;

poniedziałek 2025-09-08Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 20g (GLU, SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron z brokulem i serem białym 300g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2073.15 kcal; Białko ogółem: 49.76 g; Tłuszcz ogółem: 44.93 g; Węglowodany ogółem: 328.76 g; Kw. tł. nasycone: 11.97 g; Sól: 3.52 g; Sód: 1002.55 mg; Błonnik: 26.44 g; W tym cukry: 100.52 g; WW: 33.14 Por; Potas: 2984.90 mg; Wapń: 535.30 mg; Fosfor: 679.98 mg; Żelazo: 4.67 mg; Magnez: 227.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-08			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 2025-09-08			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 2025-09-08			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 ,		Pomidor b/skóry 100g , Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica 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: 2478.95 kcal; Białko ogółem: 92.04 g; Tłuszcz ogółem: 59.80 g; Węglowodany ogółem: 358.76 g; Kw. tł. nasycone: 17.10 g; Sól: 8.10 g; Sód: 2141.65 mg; Błonnik: 23.99 g; W tym cukry: 105.12 g; WW: 36.17 Por; Potas: 3359.01 mg; Wapń: 933.89 mg; Fosfor: 1113.54 mg; Żelazo: 7.40 mg; Magnez: 283.77 mg;

poniedziałek 2025-09-08			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 50g (<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: 2226.64 kcal; Białko ogółem: 73.89 g; Tłuszcz ogółem: 46.02 g; Węglowodany ogółem: 342.68 g; Kw. tł. nasycone: 10.72 g; Sól: 4.53 g; Sód: 1008.99 mg; Błonnik: 19.60 g; W tym cukry: 96.79 g; WW: 34.54 Por; Potas: 2811.01 mg; Wapń: 552.52 mg; Fosfor: 837.30 mg; Żelazo: 5.91 mg; Magnez: 210.39 mg;

poniedziałek 2025-09-08			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 , Polędwica 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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2041.57 kcal; Białko ogółem: 46.99 g; Tłuszcz ogółem: 42.46 g; Węglowodany ogółem: 328.23 g; Kw. tł. nasycone: 9.13 g; Sól: 3.73 g; Sód: 915.58 mg; Błonnik: 24.26 g; W tym cukry: 79.46 g; WW: 33.07 Por; Potas: 2763.06 mg; Wapń: 279.15 mg; Fosfor: 540.84 mg; Żelazo: 4.76 mg; Magnez: 206.98 mg;

poniedziałek 2025-09-08			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 , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 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>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Sok owocowy 200ml 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1997.32 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz ogółem: 45.26 g; Węglowodany ogółem: 338.26 g; Kw. tł. nasycone: 10.16 g; Sól: 6.85 g; Sód: 1746.37 mg; Błonnik: 21.56 g; W tym cukry: 74.20 g; WW: 34.16 Por; Potas: 3177.65 mg; Wapń: 184.60 mg; Fosfor: 702.44 mg; Żelazo: 7.48 mg; Magnez: 268.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-08			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>), Rzodkiewka biała 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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2221.46 kcal; Białko ogółem: 82.77 g; Tłuszcz ogółem: 54.73 g; Węglowodany ogółem: 316.64 g; Kw. tł. nasycone: 20.77 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1733.58 mg; Błonnik: 35.75 g; W tym cukry: 82.12 g; WW: 31.76 Por; Potas: 3229.83 mg; Wapń: 1143.41 mg; Fosfor: 1355.42 mg; Żelazo: 9.41 mg; Magnez: 258.19 mg;

poniedziałek 2025-09-08			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
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.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 2025-09-08			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 50g (<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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2295.03 kcal; Białko ogółem: 76.65 g; Tłuszcz ogółem: 46.43 g; Węglowodany ogółem: 376.00 g; Kw. tł. nasycone: 12.07 g; Sól: 4.84 g; Sód: 1139.03 mg; Błonnik: 26.21 g; W tym cukry: 113.15 g; WW: 37.98 Por; Potas: 3633.06 mg; Wapń: 648.05 mg; Fosfor: 913.84 mg; Żelazo: 8.51 mg; Magnez: 249.17 mg;

poniedziałek 2025-09-08			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 50g (<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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2328.80 kcal; Białko ogółem: 83.43 g; Tłuszcz ogółem: 47.96 g; Węglowodany ogółem: 367.10 g; Kw. tł. nasycone: 13.02 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1142.13 mg; Błonnik: 25.85 g; W tym cukry: 113.10 g; WW: 37.07 Por; Potas: 3637.76 mg; Wapń: 668.05 mg; Fosfor: 986.19 mg; Żelazo: 8.62 mg; Magnez: 249.28 mg;

poniedziałek 2025-09-08			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), 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 b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2057.01 kcal; Białko ogółem: 78.15 g; Tłuszcz ogółem: 47.99 g; Węglowodany ogółem: 287.06 g; Kw. tł. nasycone: 10.67 g; Sól: 7.79 g; Sód: 2031.38 mg; Błonnik: 34.98 g; W tym cukry: 50.03 g; WW: 28.84 Por; Potas: 3063.46 mg; Wapń: 608.35 mg; Fosfor: 1168.14 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 321.88 mg;

poniedziałek 2025-09-08			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 , Polędwica 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>), Pomidor b/skóry 100g , Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.71 kcal; Białko ogółem: 58.38 g; Tłuszcz ogółem: 53.49 g; Węglowodany ogółem: 313.07 g; Kw. tł. nasycone: 12.17 g; Sól: 4.62 g; Sód: 865.39 mg; Błonnik: 21.66 g; W tym cukry: 71.58 g; WW: 31.57 Por; Potas: 2959.02 mg; Wapń: 144.72 mg; Fosfor: 527.94 mg; Żelazo: 4.81 mg; Magnez: 226.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twarożek na słodko 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>), Rzodkiewka czerwona 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 kiszony 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2649.26 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz ogółem: 82.42 g; Węglowodany ogółem: 332.89 g; Kw. tł. nasycone: 31.80 g; Sól: 5.47 g; Sód: 1894.05 mg; Błonnik: 33.06 g; W tym cukry: 95.46 g; WW: 33.38 Por; Potas: 4146.27 mg; Wapń: 494.37 mg; Fosfor: 1316.88 mg; Żelazo: 14.87 mg; Magnez: 356.26 mg;

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), 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>), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Paszтет drobiowy zapiekany 30g , Ogórek kiszony 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: 2122.17 kcal; Białko ogółem: 82.28 g; Tłuszcz ogółem: 72.15 g; Węglowodany ogółem: 252.51 g; Kw. tł. nasycone: 24.99 g; Sól: 5.99 g; Sód: 1961.55 mg; Błonnik: 32.91 g; W tym cukry: 46.88 g; WW: 25.35 Por; Potas: 4223.57 mg; Wapń: 572.67 mg; Fosfor: 1370.98 mg; Żelazo: 14.70 mg; Magnez: 360.56 mg;

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek na słodko 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: 2402.55 kcal; Białko ogółem: 75.68 g; Tłuszcz ogółem: 78.58 g; Węglowodany ogółem: 307.04 g; Kw. tł. nasycone: 31.72 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1326.28 mg; Błonnik: 18.27 g; W tym cukry: 67.80 g; WW: 30.91 Por; Potas: 3625.11 mg; Wapń: 420.53 mg; Fosfor: 1043.55 mg; Żelazo: 10.60 mg; Magnez: 253.50 mg;

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twarożek na słodko 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 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 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2298.15 kcal; Białko ogółem: 76.72 g; Tłuszcz ogółem: 78.26 g; Węglowodany ogółem: 297.25 g; Kw. tł. nasycone: 29.57 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1326.28 mg; Błonnik: 18.27 g; W tym cukry: 67.80 g; WW: 29.91 Por; Potas: 3625.11 mg; Wapń: 420.53 mg; Fosfor: 1043.55 mg; Żelazo: 10.60 mg; Magnez: 253.50 mg;

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twarożek na słodko 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: 1964.45 kcal; Białko ogółem: 46.97 g; Tłuszcz ogółem: 70.00 g; Węglowodany ogółem: 239.62 g; Kw. tł. nasycone: 23.41 g; Sól: 1.59 g; Sód: 419.08 mg; Błonnik: 19.70 g; W tym cukry: 49.76 g; WW: 24.15 Por; Potas: 2932.71 mg; Wapń: 177.33 mg; Fosfor: 603.05 mg; Żelazo: 6.84 mg; Magnez: 157.20 mg;

wtorek 2025-09-09 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 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 2025-09-09Jadłospis 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) 60g (<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: 2196.32 kcal; Białko ogółem: 75.12 g; Tłuszcz ogółem: 60.84 g; Węglowodany ogółem: 298.03 g; Kw. tł. nasycone: 26.50 g; Sól: 3.57 g; Sód: 1368.77 mg; Błonnik: 20.75 g; W tym cukry: 64.73 g; WW: 30.07 Por; Potas: 3274.80 mg; Wapń: 414.83 mg; Fosfor: 1140.36 mg; Żelazo: 8.87 mg; Magnez: 258.65 mg;

wtorek 2025-09-09Jadłospis 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 na słodko 50g (<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: 2467.20 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz ogółem: 82.35 g; Węglowodany ogółem: 300.61 g; Kw. tł. nasycone: 31.93 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1326.28 mg; Błonnik: 18.27 g; W tym cukry: 68.33 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3625.11 mg; Wapń: 420.53 mg; Fosfor: 1043.55 mg; Żelazo: 10.60 mg; Magnez: 253.50 mg;

wtorek 2025-09-09Jadłospis 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 na słodko 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: 2187.76 kcal; Białko ogółem: 73.36 g; Tłuszcz ogółem: 65.12 g; Węglowodany ogółem: 284.44 g; Kw. tł. nasycone: 26.89 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1229.39 mg; Błonnik: 15.21 g; W tym cukry: 58.51 g; WW: 28.58 Por; Potas: 3087.66 mg; Wapń: 366.50 mg; Fosfor: 1000.36 mg; Żelazo: 8.51 mg; Magnez: 230.06 mg;

wtorek 2025-09-09Jadłospis 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 na słodko 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: 2319.85 kcal; Białko ogółem: 60.46 g; Tłuszcz ogółem: 83.78 g; Węglowodany ogółem: 283.26 g; Kw. tł. nasycone: 30.20 g; Sól: 2.04 g; Sód: 560.43 mg; Błonnik: 19.80 g; W tym cukry: 64.64 g; WW: 28.43 Por; Potas: 2886.81 mg; Wapń: 365.63 mg; Fosfor: 728.90 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 157.60 mg;

wtorek 2025-09-09Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatesowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/ml 300ml (<i>GLU, 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 , 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 2025-09-09			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 na słodko 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>), Rzodkiewka czerwona 50g , Arbuz 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.67 kcal; Białko ogółem: 57.18 g; Tłuszcz ogółem: 76.05 g; Węglowodany ogółem: 303.08 g; Kw. tł. nasycone: 30.73 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1562.70 mg; Błonnik: 31.44 g; W tym cukry: 71.50 g; WW: 30.47 Por; Potas: 3538.60 mg; Wapń: 600.82 mg; Fosfor: 1081.26 mg; Żelazo: 11.94 mg; Magnez: 299.19 mg;

wtorek 2025-09-09			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 ,
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 2025-09-09			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 na słodko 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: 2404.22 kcal; Białko ogółem: 76.13 g; Tłuszcz ogółem: 78.91 g; Węglowodany ogółem: 306.41 g; Kw. tł. nasycone: 31.90 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1340.88 mg; Błonnik: 18.56 g; W tym cukry: 69.09 g; WW: 30.84 Por; Potas: 3619.54 mg; Wapń: 440.92 mg; Fosfor: 1055.19 mg; Żelazo: 10.58 mg; Magnez: 254.25 mg;

wtorek 2025-09-09			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 na słodko 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: 2328.15 kcal; Białko ogółem: 75.62 g; Tłuszcz ogółem: 77.76 g; Węglowodany ogółem: 306.95 g; Kw. tł. nasycone: 31.17 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1326.28 mg; Błonnik: 18.27 g; W tym cukry: 67.80 g; WW: 30.91 Por; Potas: 3625.11 mg; Wapń: 420.53 mg; Fosfor: 1043.55 mg; Żelazo: 10.60 mg; Magnez: 253.50 mg;

wtorek 2025-09-09			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 ,			Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,
			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 2025-09-09			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 2025-09-10 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>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Papryka świeża 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 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 maśle 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2540.05 kcal; Białko ogółem: 81.19 g; Tłuszcz ogółem: 42.66 g; Węglowodany ogółem: 391.27 g; Kw. tł. nasycone: 14.09 g; Sól: 4.24 g; Sód: 1355.85 mg; Błonnik: 39.13 g; W tym cukry: 115.60 g; WW: 39.21 Por; Potas: 3322.76 mg; Wapń: 592.04 mg; Fosfor: 1195.95 mg; Żelazo: 10.00 mg; Magnez: 293.05 mg;

środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Papryka świeża 100g ,	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 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: 1960.40 kcal; Białko ogółem: 82.77 g; Tłuszcz ogółem: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 287.98 g; Kw. tł. nasycone: 8.80 g; Sól: 3.83 g; Sód: 1376.80 mg; Błonnik: 40.23 g; W tym cukry: 46.73 g; WW: 28.90 Por; Potas: 3258.26 mg; Wapń: 516.89 mg; Fosfor: 1231.65 mg; Żelazo: 10.41 mg; Magnez: 312.85 mg;

środa 2025-09-10 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 , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (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 złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maśle 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2360.22 kcal; Białko ogółem: 86.23 g; Tłuszcz ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 396.26 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 3.17 g; Sód: 1106.06 mg; Błonnik: 25.25 g; W tym cukry: 107.73 g; WW: 40.03 Por; Potas: 3475.66 mg; Wapń: 527.87 mg; Fosfor: 892.74 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 258.71 mg;

środa 2025-09-10 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>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (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 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: 2255.82 kcal; Białko ogółem: 87.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 386.48 g; Kw. tł. nasycone: 10.13 g; Sól: 3.16 g; Sód: 1106.06 mg; Błonnik: 25.25 g; W tym cukry: 107.73 g; WW: 39.03 Por; Potas: 3475.66 mg; Wapń: 527.87 mg; Fosfor: 892.74 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 258.71 mg;

środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (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 złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maśle 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.64 kcal; Białko ogółem: 61.85 g; Tłuszcz ogółem: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 351.56 g; Kw. tł. nasycone: 9.72 g; Sól: 1.00 g; Sód: 242.58 mg; Błonnik: 28.20 g; W tym cukry: 82.62 g; WW: 35.47 Por; Potas: 2874.38 mg; Wapń: 199.25 mg; Fosfor: 521.35 mg; Żelazo: 5.73 mg; Magnez: 192.22 mg;

środa 2025-09-10 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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-11 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 40g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Majonez 10g 1szt (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jablko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2949.67 kcal; Białko ogółem: 95.32 g; Tłuszcz ogółem: 89.26 g; Węglowodany ogółem: 379.67 g; Kw. tł. nasycone: 25.06 g; Sól: 7.68 g; Sód: 2896.11 mg; Błonnik: 39.33 g; W tym cukry: 131.43 g; WW: 38.03 Por; Potas: 3379.71 mg; Wapń: 782.50 mg; Fosfor: 1469.35 mg; Żelazo: 11.28 mg; Magnez: 414.98 mg;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Majonez 10g 1szt (<i>JAJ, 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: 2354.57 kcal; Białko ogółem: 96.53 g; Tłuszcz ogółem: 87.52 g; Węglowodany ogółem: 262.15 g; Kw. tł. nasycone: 23.01 g; Sól: 7.75 g; Sód: 2963.11 mg; Błonnik: 36.95 g; W tym cukry: 44.34 g; WW: 26.16 Por; Potas: 2780.71 mg; Wapń: 865.00 mg; Fosfor: 1613.35 mg; Żelazo: 11.48 mg; Magnez: 391.98 mg;

czwartek 2025-09-11 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 , Serek kanapkowy 60g (<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>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2486.36 kcal; Białko ogółem: 82.98 g; Tłuszcz ogółem: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 325.55 g; Kw. tł. nasycone: 25.62 g; Sól: 5.51 g; Sód: 2088.27 mg; Błonnik: 17.44 g; W tym cukry: 64.02 g; WW: 32.64 Por; Potas: 2003.45 mg; Wapń: 406.21 mg; Fosfor: 949.46 mg; Żelazo: 6.49 mg; Magnez: 186.65 mg;

czwartek 2025-09-11 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>), Serek kanapkowy 60g (<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 10g 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 , Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2302.46 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz ogółem: 62.10 g; Węglowodany ogółem: 296.01 g; Kw. tł. nasycone: 23.47 g; Sól: 5.50 g; Sód: 2088.27 mg; Błonnik: 17.44 g; W tym cukry: 64.02 g; WW: 29.64 Por; Potas: 2003.45 mg; Wapń: 406.21 mg; Fosfor: 949.46 mg; Żelazo: 6.49 mg; Magnez: 186.65 mg;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<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 , 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 owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2202.71 kcal; Białko ogółem: 61.81 g; Tłuszcz ogółem: 65.93 g; Węglowodany ogółem: 263.75 g; Kw. tł. nasycone: 24.26 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1313.22 mg; Błonnik: 20.80 g; W tym cukry: 53.85 g; WW: 26.36 Por; Potas: 1553.20 mg; Wapń: 190.41 mg; Fosfor: 679.36 mg; Żelazo: 4.09 mg; Magnez: 133.95 mg;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyń) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 200ml 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
---	--	--

Wartości odżywcze: Kcal: 2300.01 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz ogółem: 66.78 g; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Kw. tł. nasycone: 20.76 g; Sól: 1.58 g; Sód: 449.58 mg; Błonnik: 17.64 g; W tym cukry: 37.80 g; WW: 25.03 Por; Potas: 3483.95 mg; Wapń: 552.21 mg; Fosfor: 1222.13 mg; Żelazo: 5.98 mg; Magnez: 247.46 mg;

czwartek 2025-09-11 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>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</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 zieleciną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2208.34 kcal; Białko ogółem: 79.91 g; Tłuszcz ogółem: 51.10 g; Węglowodany ogółem: 315.62 g; Kw. tł. nasycone: 24.98 g; Sól: 5.40 g; Sód: 2097.99 mg; Błonnik: 20.99 g; W tym cukry: 69.28 g; WW: 31.71 Por; Potas: 1879.68 mg; Wapń: 418.91 mg; Fosfor: 952.05 mg; Żelazo: 6.64 mg; Magnez: 190.36 mg;

czwartek 2025-09-11 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>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</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 zieleciną 80g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2570.79 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz ogółem: 74.75 g; Węglowodany ogółem: 304.87 g; Kw. tł. nasycone: 31.54 g; Sól: 6.73 g; Sód: 2176.38 mg; Błonnik: 17.46 g; W tym cukry: 65.36 g; WW: 30.51 Por; Potas: 2042.59 mg; Wapń: 437.10 mg; Fosfor: 1017.09 mg; Żelazo: 6.58 mg; Magnez: 190.39 mg;

czwartek 2025-09-11 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>), Serek kanapkowy 60g (<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 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 zieleciną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2322.77 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz ogółem: 57.82 g; Węglowodany ogółem: 294.32 g; Kw. tł. nasycone: 23.67 g; Sól: 5.50 g; Sód: 2084.66 mg; Błonnik: 16.79 g; W tym cukry: 63.18 g; WW: 29.46 Por; Potas: 1910.40 mg; Wapń: 395.69 mg; Fosfor: 937.40 mg; Żelazo: 6.17 mg; Magnez: 181.88 mg;

czwartek 2025-09-11 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>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</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 zieleciną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2323.16 kcal; Białko ogółem: 65.78 g; Tłuszcz ogółem: 69.73 g; Węglowodany ogółem: 310.27 g; Kw. tł. nasycone: 25.73 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1362.63 mg; Błonnik: 18.92 g; W tym cukry: 68.79 g; WW: 30.99 Por; Potas: 2190.25 mg; Wapń: 529.84 mg; Fosfor: 964.05 mg; Żelazo: 5.11 mg; Magnez: 178.30 mg;

czwartek 2025-09-11 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 , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2174.79 kcal; Białko ogółem: 70.30 g; Tłuszcz ogółem: 55.95 g; Węglowodany ogółem: 357.58 g; Kw. tł. nasycone: 10.99 g; Sól: 6.91 g; Sód: 1876.35 mg; Błonnik: 20.05 g; W tym cukry: 105.30 g; WW: 35.96 Por; Potas: 2610.30 mg; Wapń: 164.09 mg; Fosfor: 689.95 mg; Żelazo: 7.54 mg; Magnez: 234.06 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-09-11		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 40g (<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 zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2392.14 kcal; Białko ogółem: 80.11 g; Tłuszcz ogółem: 67.23 g; Węglowodany ogółem: 294.28 g; Kw. tł. nasycone: 17.47 g; Sól: 7.20 g; Sód: 2154.13 mg; Błonnik: 28.42 g; W tym cukry: 67.04 g; WW: 29.44 Por; Potas: 1875.42 mg; Wapń: 724.26 mg; Fosfor: 997.91 mg; Żelazo: 7.54 mg; Magnez: 225.12 mg;

czwartek 2025-09-11		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 manna) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń na mleku roślinnym b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1779.15 kcal; Białko ogółem: 91.00 g; Tłuszcz ogółem: 45.37 g; Węglowodany ogółem: 261.69 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.92 g; Sód: 363.82 mg; Błonnik: 18.07 g; W tym cukry: 65.18 g; WW: 26.38 Por; Potas: 3854.62 mg; Wapń: 162.68 mg; Fosfor: 1130.80 mg; Żelazo: 6.50 mg; Magnez: 244.34 mg;

czwartek 2025-09-11		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>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</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 zieleniną b/soli 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2382.12 kcal; Białko ogółem: 79.43 g; Tłuszcz ogółem: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 304.99 g; Kw. tł. nasycone: 25.11 g; Sól: 5.49 g; Sód: 2079.47 mg; Błonnik: 17.42 g; W tym cukry: 63.33 g; WW: 30.55 Por; Potas: 1977.51 mg; Wapń: 386.71 mg; Fosfor: 906.18 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 184.51 mg;

czwartek 2025-09-11		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>), Serek kanapkowy 60g (<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 10g 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: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2332.46 kcal; Białko ogółem: 82.82 g; Tłuszcz ogółem: 61.60 g; Węglowodany ogółem: 305.71 g; Kw. tł. nasycone: 25.07 g; Sól: 5.50 g; Sód: 2088.27 mg; Błonnik: 17.44 g; W tym cukry: 64.02 g; WW: 30.64 Por; Potas: 2003.45 mg; Wapń: 406.21 mg; Fosfor: 949.46 mg; Żelazo: 6.49 mg; Magnez: 186.65 mg;

czwartek 2025-09-11		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</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 zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g , 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: 2225.44 kcal; Białko ogółem: 89.56 g; Tłuszcz ogółem: 76.45 g; Węglowodany ogółem: 260.63 g; Kw. tł. nasycone: 26.53 g; Sól: 5.33 g; Sód: 2031.28 mg; Błonnik: 35.14 g; W tym cukry: 47.29 g; WW: 26.10 Por; Potas: 2844.65 mg; Wapń: 544.65 mg; Fosfor: 1404.83 mg; Żelazo: 10.56 mg; Magnez: 356.21 mg;

czwartek 2025-09-11		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 , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1747.20 kcal; Białko ogółem: 44.39 g; Tłuszcz ogółem: 65.76 g; Węglowodany ogółem: 249.18 g; Kw. tł. nasycone: 12.87 g; Sól: 3.69 g; Sód: 992.85 mg; Błonnik: 19.42 g; W tym cukry: 53.85 g; WW: 24.92 Por; Potas: 1756.60 mg; Wapń: 137.12 mg; Fosfor: 549.24 mg; Żelazo: 4.68 mg; Magnez: 139.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszzonej kapusty 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>), Serek wiejski 40g (<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>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), 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: 2241.88 kcal; Białko ogółem: 75.83 g; Tłuszcz ogółem: 40.63 g; Węglowodany ogółem: 332.12 g; Kw. tł. nasycone: 18.79 g; Sól: 5.75 g; Sód: 1934.17 mg; Błonnik: 37.05 g; W tym cukry: 93.04 g; WW: 33.31 Por; Potas: 3971.02 mg; Wapń: 470.54 mg; Fosfor: 1081.34 mg; Żelazo: 11.82 mg; Magnez: 333.36 mg;

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>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>), Rzodkiewka biała 50g , 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: 1772.54 kcal; Białko ogółem: 78.24 g; Tłuszcz ogółem: 39.73 g; Węglowodany ogółem: 242.65 g; Kw. tł. nasycone: 17.21 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1984.53 mg; Błonnik: 35.29 g; W tym cukry: 33.85 g; WW: 24.36 Por; Potas: 4084.22 mg; Wapń: 570.54 mg; Fosfor: 1181.34 mg; Żelazo: 12.43 mg; Magnez: 343.36 mg;

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), 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>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		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 2025-09-12 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Sałatka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		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 2025-09-12 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		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 2025-09-12 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.budyńni) 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 2025-09-12Jadłospis 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 (papką) 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 2025-09-12Jadłospis 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 2025-09-12Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
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 , Biskwopty 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 2025-09-12Jadłospis 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 2025-09-12Jadłospis 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 masłowa 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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-09-13 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>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 50g (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2744.54 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz ogółem: 71.77 g; Węglowodany ogółem: 376.78 g; Kw. tł. nasycone: 20.85 g; Sól: 7.94 g; Sód: 2523.29 mg; Błonnik: 35.27 g; W tym cukry: 106.43 g; WW: 37.89 Por; Potas: 3638.53 mg; Wapń: 964.71 mg; Fosfor: 1312.17 mg; Żelazo: 12.45 mg; Magnez: 345.65 mg;

sobota 2025-09-13 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor 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>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2275.77 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz ogółem: 62.48 g; Węglowodany ogółem: 305.47 g; Kw. tł. nasycone: 16.63 g; Sól: 7.92 g; Sód: 2547.45 mg; Błonnik: 39.07 g; W tym cukry: 49.45 g; WW: 30.74 Por; Potas: 4113.25 mg; Wapń: 910.84 mg; Fosfor: 1577.39 mg; Żelazo: 14.37 mg; Magnez: 423.79 mg;

sobota 2025-09-13 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 50g (<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>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2467.90 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz ogółem: 54.62 g; Węglowodany ogółem: 374.10 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 6.52 g; Sód: 1853.60 mg; Błonnik: 20.76 g; W tym cukry: 57.95 g; WW: 37.74 Por; Potas: 3186.73 mg; Wapń: 442.86 mg; Fosfor: 965.00 mg; Żelazo: 10.37 mg; Magnez: 263.60 mg;

sobota 2025-09-13 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
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 50g (<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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.90 kcal; Białko ogółem: 82.23 g; Tłuszcz ogółem: 55.18 g; Węglowodany ogółem: 364.73 g; Kw. tł. nasycone: 10.43 g; Sól: 6.53 g; Sód: 1858.00 mg; Błonnik: 20.76 g; W tym cukry: 58.27 g; WW: 36.78 Por; Potas: 3198.03 mg; Wapń: 452.26 mg; Fosfor: 987.70 mg; Żelazo: 10.39 mg; Magnez: 264.50 mg;

sobota 2025-09-13 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2201.40 kcal; Białko ogółem: 53.69 g; Tłuszcz ogółem: 54.85 g; Węglowodany ogółem: 326.89 g; Kw. tł. nasycone: 10.18 g; Sól: 4.08 g; Sód: 1015.24 mg; Błonnik: 22.60 g; W tym cukry: 48.30 g; WW: 32.94 Por; Potas: 2614.35 mg; Wapń: 234.73 mg; Fosfor: 616.78 mg; Żelazo: 7.32 mg; Magnez: 192.79 mg;

sobota 2025-09-13 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 2025-09-13 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2235.56 kcal; Białko ogółem: 86.79 g; Tłuszcz ogółem: 38.05 g; Węglowodany ogółem: 348.04 g; Kw. tł. nasycone: 12.13 g; Sól: 2.84 g; Sód: 1073.59 mg; Błonnik: 25.11 g; W tym cukry: 54.73 g; WW: 35.10 Por; Potas: 2495.99 mg; Wapń: 447.73 mg; Fosfor: 1132.97 mg; Żelazo: 13.44 mg; Magnez: 284.03 mg;

sobota 2025-09-13 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 50g (<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>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2454.02 kcal; Białko ogółem: 82.43 g; Tłuszcz ogółem: 55.49 g; Węglowodany ogółem: 365.54 g; Kw. tł. nasycone: 10.57 g; Sól: 6.97 g; Sód: 1853.60 mg; Błonnik: 20.76 g; W tym cukry: 58.07 g; WW: 36.86 Por; Potas: 3186.73 mg; Wapń: 442.86 mg; Fosfor: 965.00 mg; Żelazo: 10.37 mg; Magnez: 263.60 mg;

sobota 2025-09-13 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 50g (<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 , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2417.44 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz ogółem: 55.39 g; Węglowodany ogółem: 357.83 g; Kw. tł. nasycone: 10.66 g; Sól: 6.52 g; Sód: 1852.90 mg; Błonnik: 18.42 g; W tym cukry: 56.23 g; WW: 36.07 Por; Potas: 2979.75 mg; Wapń: 398.20 mg; Fosfor: 950.98 mg; Żelazo: 9.48 mg; Magnez: 246.14 mg;

sobota 2025-09-13 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 delikatkowa 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 , 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>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2382.76 kcal; Białko ogółem: 73.39 g; Tłuszcz ogółem: 62.61 g; Węglowodany ogółem: 335.50 g; Kw. tł. nasycone: 12.56 g; Sól: 4.09 g; Sód: 1089.60 mg; Błonnik: 22.75 g; W tym cukry: 55.38 g; WW: 33.75 Por; Potas: 2993.37 mg; Wapń: 407.07 mg; Fosfor: 820.38 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 218.61 mg;

sobota 2025-09-13 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 , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 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>), Cykorია 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2416.61 kcal; Białko ogółem: 74.46 g; Tłuszcz ogółem: 72.60 g; Węglowodany ogółem: 377.70 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 7.72 g; Sód: 1898.33 mg; Błonnik: 22.62 g; W tym cukry: 74.78 g; WW: 38.10 Por; Potas: 3148.54 mg; Wapń: 244.02 mg; Fosfor: 744.26 mg; Żelazo: 10.72 mg; Magnez: 243.40 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-09-13			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 twardo 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 z olejem 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 2025-09-13			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 2025-09-13			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 50g (<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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2523.98 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz ogółem: 57.98 g; Węglowodany ogółem: 373.20 g; Kw. tł. nasycone: 13.41 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1182.77 mg; Błonnik: 21.51 g; W tym cukry: 61.61 g; WW: 37.63 Por; Potas: 3525.25 mg; Wapń: 444.99 mg; Fosfor: 1027.22 mg; Żelazo: 10.84 mg; Magnez: 235.29 mg;

sobota 2025-09-13			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 50g (<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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2384.08 kcal; Białko ogółem: 81.23 g; Tłuszcz ogółem: 54.94 g; Węglowodany ogółem: 366.45 g; Kw. tł. nasycone: 12.09 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1164.60 mg; Błonnik: 21.70 g; W tym cukry: 61.63 g; WW: 36.96 Por; Potas: 3437.43 mg; Wapń: 445.06 mg; Fosfor: 985.90 mg; Żelazo: 10.59 mg; Magnez: 231.10 mg;

sobota 2025-09-13			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), 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>), Twaróg 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>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 100g , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2066.60 kcal; Białko ogółem: 88.69 g; Tłuszcz ogółem: 49.24 g; Węglowodany ogółem: 282.86 g; Kw. tł. nasycone: 11.69 g; Sól: 6.82 g; Sód: 2108.99 mg; Błonnik: 33.13 g; W tym cukry: 47.89 g; WW: 28.54 Por; Potas: 3889.03 mg; Wapń: 600.74 mg; Fosfor: 1344.35 mg; Żelazo: 13.54 mg; Magnez: 373.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-09-13		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szyńka delikatesowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt, Jajko got. na twardo 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 z olejem 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 2025-09-14 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 jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</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>), Rzodkiewka czerwona 100g , 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>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata z cukrem 250ml , Marchew surowa w słupkach 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2665.71 kcal; Białko ogółem: 76.28 g; Tłuszcz ogółem: 76.94 g; Węglowodany ogółem: 346.47 g; Kw. tł. nasycone: 24.98 g; Sól: 5.55 g; Sód: 1763.06 mg; Błonnik: 41.12 g; W tym cukry: 101.87 g; WW: 34.74 Por; Potas: 3542.88 mg; Wapń: 577.87 mg; Fosfor: 1176.30 mg; Żelazo: 10.04 mg; Magnez: 291.38 mg;

niedziela 2025-09-14 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 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	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>), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Marchew surowa w słupkach 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2014.86 kcal; Białko ogółem: 72.48 g; Tłuszcz ogółem: 65.81 g; Węglowodany ogółem: 242.64 g; Kw. tł. nasycone: 21.23 g; Sól: 5.36 g; Sód: 1658.02 mg; Błonnik: 40.25 g; W tym cukry: 39.22 g; WW: 24.35 Por; Potas: 3836.63 mg; Wapń: 572.00 mg; Fosfor: 1268.94 mg; Żelazo: 11.21 mg; Magnez: 331.98 mg;

niedziela 2025-09-14 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 jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</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 , Sok przecierowy 100% 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2494.60 kcal; Białko ogółem: 79.84 g; Tłuszcz ogółem: 82.85 g; Węglowodany ogółem: 309.97 g; Kw. tł. nasycone: 32.43 g; Sól: 5.53 g; Sód: 2010.90 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 71.04 g; WW: 31.19 Por; Potas: 2986.54 mg; Wapń: 510.85 mg; Fosfor: 948.65 mg; Żelazo: 7.49 mg; Magnez: 232.68 mg;

niedziela 2025-09-14 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 jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</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 , Sok przecierowy 100% 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2390.20 kcal; Białko ogółem: 80.88 g; Tłuszcz ogółem: 82.53 g; Węglowodany ogółem: 300.19 g; Kw. tł. nasycone: 30.28 g; Sól: 5.52 g; Sód: 2010.90 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 71.04 g; WW: 30.19 Por; Potas: 2986.54 mg; Wapń: 510.85 mg; Fosfor: 948.65 mg; Żelazo: 7.49 mg; Magnez: 232.68 mg;

niedziela 2025-09-14 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 80g (<i>JAJ, GOR</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 , Sok przecierowy 100% 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2223.45 kcal; Białko ogółem: 50.47 g; Tłuszcz ogółem: 81.55 g; Węglowodany ogółem: 270.23 g; Kw. tł. nasycone: 26.50 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1136.25 mg; Błonnik: 27.52 g; W tym cukry: 46.91 g; WW: 27.13 Por; Potas: 2427.31 mg; Wapń: 187.14 mg; Fosfor: 553.24 mg; Żelazo: 5.15 mg; Magnez: 165.95 mg;

niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
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>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.bydnyiu) 100ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt ,
---	--	--

Wartości odżywcze: Kcal: 1979.14 kcal; Białko ogółem: 95.72 g; Tłuszcz ogółem: 59.46 g; Węglowodany ogółem: 259.89 g; Kw. tł. nasycone: 17.53 g; Sól: 1.42 g; Sód: 499.96 mg; Błonnik: 16.85 g; W tym cukry: 62.46 g; WW: 26.27 Por; Potas: 3890.00 mg; Wapń: 683.41 mg; Fosfor: 1342.23 mg; Żelazo: 6.21 mg; Magnez: 264.39 mg;

niedziela 2025-09-14 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>), Pasta z jajka z koperkiem 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem (papk) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papk) 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 maslowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2300.48 kcal; Białko ogółem: 76.13 g; Tłuszcz ogółem: 74.20 g; Węglowodany ogółem: 292.62 g; Kw. tł. nasycone: 28.97 g; Sól: 3.72 g; Sód: 1333.12 mg; Błonnik: 21.40 g; W tym cukry: 61.35 g; WW: 29.55 Por; Potas: 2633.42 mg; Wapń: 495.97 mg; Fosfor: 866.65 mg; Żelazo: 7.07 mg; Magnez: 187.29 mg;

niedziela 2025-09-14 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>), Pasta z jajka z koperkiem 80g (<i>JAJ, GOR</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 maslowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2584.54 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz ogółem: 93.78 g; Węglowodany ogółem: 291.42 g; Kw. tł. nasycone: 33.45 g; Sól: 6.56 g; Sód: 2062.49 mg; Błonnik: 24.24 g; W tym cukry: 66.43 g; WW: 29.34 Por; Potas: 3201.61 mg; Wapń: 513.69 mg; Fosfor: 1043.90 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 243.38 mg;

niedziela 2025-09-14 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>), Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</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 maslowa 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: 2550.72 kcal; Białko ogółem: 79.67 g; Tłuszcz ogółem: 77.08 g; Węglowodany ogółem: 345.06 g; Kw. tł. nasycone: 32.26 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1666.61 mg; Błonnik: 21.04 g; W tym cukry: 103.43 g; WW: 34.78 Por; Potas: 3325.33 mg; Wapń: 479.01 mg; Fosfor: 907.42 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 262.55 mg;

niedziela 2025-09-14 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 jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</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 maslowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt , Chrupki kukurydziane 30g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2209.44 kcal; Białko ogółem: 51.26 g; Tłuszcz ogółem: 82.48 g; Węglowodany ogółem: 263.02 g; Kw. tł. nasycone: 29.67 g; Sól: 3.18 g; Sód: 1120.47 mg; Błonnik: 27.18 g; W tym cukry: 39.21 g; WW: 26.43 Por; Potas: 2787.51 mg; Wapń: 207.01 mg; Fosfor: 656.97 mg; Żelazo: 6.09 mg; Magnez: 198.53 mg;

niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</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 maslowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Salata maslowa 10g ,	Podwieczorek: Marchew w słupkach 100g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2034.95 kcal; Białko ogółem: 69.71 g; Tłuszcz ogółem: 69.41 g; Węglowodany ogółem: 295.85 g; Kw. tł. nasycone: 13.92 g; Sól: 7.24 g; Sód: 1843.13 mg; Błonnik: 27.55 g; W tym cukry: 46.48 g; WW: 29.95 Por; Potas: 2935.78 mg; Wapń: 209.72 mg; Fosfor: 690.27 mg; Żelazo: 8.08 mg; Magnez: 217.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-09-14		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), 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 , Sok przecierowy 100% 1szt , Chrupki kukurydziane 30g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1917.88 kcal; Białko ogółem: 49.15 g; Tłuszcz ogółem: 72.38 g; Węglowodany ogółem: 265.94 g; Kw. tł. nasycone: 14.77 g; Sól: 3.72 g; Sód: 883.58 mg; Błonnik: 27.74 g; W tym cukry: 38.08 g; WW: 26.76 Por; Potas: 2772.95 mg; Wapń: 162.85 mg; Fosfor: 582.16 mg; Żelazo: 6.08 mg; Magnez: 194.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony 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 , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2536.68 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz ogółem: 63.00 g; Węglowodany ogółem: 344.91 g; Kw. tł. nasycone: 18.42 g; Sól: 6.52 g; Sód: 2459.87 mg; Błonnik: 35.93 g; W tym cukry: 103.37 g; WW: 34.84 Por; Potas: 4808.62 mg; Wapń: 678.84 mg; Fosfor: 1787.83 mg; Żelazo: 30.68 mg; Magnez: 416.00 mg;

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 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 , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 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: 2111.30 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; Tłuszcz ogółem: 62.07 g; Węglowodany ogółem: 251.04 g; Kw. tł. nasycone: 16.69 g; Sól: 6.67 g; Sód: 2527.25 mg; Błonnik: 34.14 g; W tym cukry: 46.22 g; WW: 25.32 Por; Potas: 4211.61 mg; Wapń: 762.03 mg; Fosfor: 1932.00 mg; Żelazo: 30.89 mg; Magnez: 393.14 mg;

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 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 złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2243.06 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz ogółem: 34.54 g; Węglowodany ogółem: 368.30 g; Kw. tł. nasycone: 10.32 g; Sól: 2.80 g; Sód: 1058.57 mg; Błonnik: 23.61 g; W tym cukry: 74.15 g; WW: 37.18 Por; Potas: 3481.34 mg; Wapń: 424.42 mg; Fosfor: 1014.45 mg; Żelazo: 8.78 mg; Magnez: 258.40 mg;

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 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 złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2138.66 kcal; Białko ogółem: 86.16 g; Tłuszcz ogółem: 34.22 g; Węglowodany ogółem: 358.52 g; Kw. tł. nasycone: 8.17 g; Sól: 2.79 g; Sód: 1058.57 mg; Błonnik: 23.61 g; W tym cukry: 74.15 g; WW: 36.18 Por; Potas: 3481.34 mg; Wapń: 424.42 mg; Fosfor: 1014.45 mg; Żelazo: 8.78 mg; Magnez: 258.40 mg;

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis 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 zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), 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 złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.16 kcal; Białko ogółem: 63.83 g; Tłuszcz ogółem: 37.87 g; Węglowodany ogółem: 322.75 g; Kw. tł. nasycone: 8.94 g; Sól: 0.72 g; Sód: 233.07 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 64.16 g; WW: 32.55 Por; Potas: 3045.84 mg; Wapń: 214.42 mg; Fosfor: 737.45 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 204.40 mg;

poniedziałek 2025-09-15 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.budyń) 300g (<i>SO2</i>),	Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2857.11 kcal; Białko ogółem: 104.50 g; Tłuszcz ogółem: 71.08 g; Węglowodany ogółem: 438.58 g; Kw. tł. nasycone: 24.39 g; Sól: 1.31 g; Sód: 453.58 mg; Błonnik: 25.74 g; W tym cukry: 95.95 g; WW: 44.32 Por; Potas: 4787.85 mg; Wapń: 584.81 mg; Fosfor: 1410.53 mg; Żelazo: 8.14 mg; Magnez: 360.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-15Jadłospis 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>), Twaróg 50g (<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: 2457.89 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 35.63 g; Węglowodany ogółem: 406.36 g; Kw. tł. nasycone: 12.35 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1184.94 mg; Błonnik: 23.80 g; W tym cukry: 43.45 g; WW: 40.96 Por; Potas: 2980.39 mg; Wapń: 652.23 mg; Fosfor: 1342.30 mg; Żelazo: 9.27 mg; Magnez: 239.12 mg;

poniedziałek 2025-09-15Jadłospis 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 zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml , Salatką 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 złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2522.66 kcal; Białko ogółem: 103.56 g; Tłuszcz ogółem: 60.12 g; Węglowodany ogółem: 362.26 g; Kw. tł. nasycone: 25.42 g; Sól: 3.46 g; Sód: 1322.57 mg; Błonnik: 23.61 g; W tym cukry: 77.33 g; WW: 36.54 Por; Potas: 3588.74 mg; Wapń: 513.82 mg; Fosfor: 1224.45 mg; Żelazo: 9.02 mg; Magnez: 268.60 mg;

poniedziałek 2025-09-15Jadłospis 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 zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 50g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), 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 złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.55 kcal; Białko ogółem: 82.90 g; Tłuszcz ogółem: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 347.59 g; Kw. tł. nasycone: 8.44 g; Sól: 2.73 g; Sód: 1029.45 mg; Błonnik: 19.33 g; W tym cukry: 68.81 g; WW: 35.06 Por; Potas: 2961.81 mg; Wapń: 366.82 mg; Fosfor: 944.76 mg; Żelazo: 7.64 mg; Magnez: 230.89 mg;

poniedziałek 2025-09-15Jadłospis 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 zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 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>), Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2288.46 kcal; Białko ogółem: 73.26 g; Tłuszcz ogółem: 43.79 g; Węglowodany ogółem: 365.15 g; Kw. tł. nasycone: 10.60 g; Sól: 1.00 g; Sód: 345.47 mg; Błonnik: 26.40 g; W tym cukry: 76.39 g; WW: 36.78 Por; Potas: 3391.54 mg; Wapń: 513.47 mg; Fosfor: 947.85 mg; Żelazo: 6.61 mg; Magnez: 233.45 mg;

poniedziałek 2025-09-15Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 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 , Salatką 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: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2224.47 kcal; Białko ogółem: 74.45 g; Tłuszcz ogółem: 51.04 g; Węglowodany ogółem: 389.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.91 g; Sól: 4.97 g; Sód: 1293.95 mg; Błonnik: 28.09 g; W tym cukry: 85.06 g; WW: 39.32 Por; Potas: 3531.49 mg; Wapń: 219.60 mg; Fosfor: 839.82 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 251.60 mg;

poniedziałek 2025-09-15Jadłospis 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 , Ogórek kiszony 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>), Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 60g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2159.85 kcal; Białko ogółem: 66.08 g; Tłuszcz ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 352.54 g; Kw. tł. nasycone: 13.66 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2095.35 mg; Błonnik: 31.83 g; W tym cukry: 75.69 g; WW: 35.46 Por; Potas: 3208.79 mg; Wapń: 702.75 mg; Fosfor: 1045.46 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 324.70 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-15			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
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: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1567.04 kcal; Białko ogółem: 55.22 g; Tłuszcz ogółem: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 263.50 g; Kw. tł.
nasycone: 3.49 g; Sól: 0.55 g; Sód: 190.55 mg; Błonnik: 17.21 g; W tym cukry: 77.94 g; WW: 26.58 Por; Potas: 2945.69 mg; Wapń: 110.49
mg; Fosfor: 708.25 mg; Żelazo: 5.27 mg; Magnez: 207.81 mg;

poniedziałek 2025-09-15			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 zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 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 złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Sałata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2241.39 kcal; Białko ogółem: 85.26 g; Tłuszcz ogółem: 34.60 g; Węglowodany ogółem: 367.10 g; Kw. tł.
nasycone: 10.42 g; Sól: 2.82 g; Sód: 1066.34 mg; Błonnik: 22.68 g; W tym cukry: 73.08 g; WW: 37.08 Por; Potas: 3291.59 mg; Wapń: 444.91
mg; Fosfor: 1026.81 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 258.75 mg;

poniedziałek 2025-09-15			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 zieleciną 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 złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Sałata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.78 kcal; Białko ogółem: 88.96 g; Tłuszcz ogółem: 38.66 g; Węglowodany ogółem: 368.61 g; Kw. tł.
nasycone: 13.00 g; Sól: 3.02 g; Sód: 1148.64 mg; Błonnik: 26.26 g; W tym cukry: 77.03 g; WW: 37.24 Por; Potas: 3487.13 mg; Wapń: 474.86
mg; Fosfor: 1072.69 mg; Żelazo: 8.86 mg; Magnez: 269.54 mg;

poniedziałek 2025-09-15			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 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 ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 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: 2097.51 kcal; Białko ogółem: 97.71 g; Tłuszcz ogółem: 44.06 g; Węglowodany ogółem: 292.29 g; Kw. tł.
nasycone: 13.59 g; Sól: 6.52 g; Sód: 2495.44 mg; Błonnik: 30.76 g; W tym cukry: 42.34 g; WW: 29.37 Por; Potas: 3124.32 mg; Wapń: 755.07
mg; Fosfor: 1497.50 mg; Żelazo: 10.83 mg; Magnez: 350.28 mg;

poniedziałek 2025-09-15			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 , Pomidor b/skóry 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: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1865.76 kcal; Białko ogółem: 55.06 g; Tłuszcz ogółem: 55.22 g; Węglowodany ogółem: 304.46 g; Kw. tł.
nasycone: 11.95 g; Sól: 2.50 g; Sód: 212.89 mg; Błonnik: 26.37 g; W tym cukry: 62.76 g; WW: 30.73 Por; Potas: 2980.11 mg; Wapń: 167.68
mg; Fosfor: 642.48 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 198.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy zapiekany 40g , Cykorja 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1/2szt 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g , Biskopity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2500.93 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz ogółem: 65.59 g; Węglowodany ogółem: 310.55 g; Kw. tł. nasycone: 19.20 g; Sól: 6.72 g; Sód: 2561.87 mg; Błonnik: 34.92 g; W tym cukry: 71.97 g; WW: 31.09 Por; Potas: 2863.95 mg; Wapń: 782.24 mg; Fosfor: 1496.26 mg; Żelazo: 11.98 mg; Magnez: 291.89 mg;

wtorek 2025-09-16 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy zapiekany 40g , Cykorja 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1/2szt 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2123.43 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 257.29 g; Kw. tł. nasycone: 18.22 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2662.00 mg; Błonnik: 35.37 g; W tym cukry: 43.21 g; WW: 25.80 Por; Potas: 2834.59 mg; Wapń: 887.14 mg; Fosfor: 1623.66 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 332.09 mg;

wtorek 2025-09-16 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 zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.88 kcal; Białko ogółem: 82.71 g; Tłuszcz ogółem: 45.09 g; Węglowodany ogółem: 316.88 g; Kw. tł. nasycone: 11.19 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1850.57 mg; Błonnik: 20.42 g; W tym cukry: 41.72 g; WW: 31.88 Por; Potas: 3076.39 mg; Wapń: 416.47 mg; Fosfor: 1093.04 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 257.42 mg;

wtorek 2025-09-16 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 zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2146.48 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz ogółem: 44.77 g; Węglowodany ogółem: 307.10 g; Kw. tł. nasycone: 9.04 g; Sól: 6.20 g; Sód: 1850.57 mg; Błonnik: 20.42 g; W tym cukry: 41.72 g; WW: 30.88 Por; Potas: 3076.39 mg; Wapń: 416.47 mg; Fosfor: 1093.04 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 257.42 mg;

wtorek 2025-09-16 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 zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2029.18 kcal; Białko ogółem: 61.00 g; Tłuszcz ogółem: 48.48 g; Węglowodany ogółem: 270.46 g; Kw. tł. nasycone: 9.82 g; Sól: 4.14 g; Sód: 1023.27 mg; Błonnik: 23.50 g; W tym cukry: 31.91 g; WW: 27.16 Por; Potas: 2607.59 mg; Wapń: 203.47 mg; Fosfor: 775.54 mg; Żelazo: 5.95 mg; Magnez: 199.52 mg;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biskoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2341.29 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz ogółem: 75.11 g; Węglowodany ogółem: 290.47 g; Kw. tł. nasycone: 25.30 g; Sól: 1.67 g; Sód: 577.01 mg; Błonnik: 19.97 g; W tym cukry: 73.32 g; WW: 29.29 Por; Potas: 4131.45 mg; Wapń: 915.34 mg; Fosfor: 1643.91 mg; Żelazo: 7.72 mg; Magnez: 333.19 mg;

wtorek 2025-09-16Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami mix 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem mix 300g (GLU), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (MLE), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Galaretką owocowa 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1921.45 kcal; Białko ogółem: 82.22 g; Tłuszcz ogółem: 32.08 g; Węglowodany ogółem: 287.75 g; Kw. tł. nasycone: 10.46 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1160.10 mg; Błonnik: 24.33 g; W tym cukry: 35.54 g; WW: 29.08 Por; Potas: 3165.52 mg; Wapń: 435.00 mg; Fosfor: 1164.08 mg; Żelazo: 9.38 mg; Magnez: 234.04 mg;

wtorek 2025-09-16Jadłospis 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), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2275.13 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz ogółem: 49.42 g; Węglowodany ogółem: 303.02 g; Kw. tł. nasycone: 10.38 g; Sól: 7.84 g; Sód: 1851.55 mg; Błonnik: 20.65 g; W tym cukry: 40.74 g; WW: 30.49 Por; Potas: 3032.57 mg; Wapń: 420.35 mg; Fosfor: 1143.23 mg; Żelazo: 8.55 mg; Magnez: 254.65 mg;

wtorek 2025-09-16Jadłospis 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), Pomidor b/skóry z koperkiem 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.29 kcal; Białko ogółem: 79.51 g; Tłuszcz ogółem: 34.41 g; Węglowodany ogółem: 297.43 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 5.16 g; Sód: 1432.06 mg; Błonnik: 16.89 g; W tym cukry: 30.58 g; WW: 29.99 Por; Potas: 2525.41 mg; Wapń: 364.55 mg; Fosfor: 1014.21 mg; Żelazo: 7.38 mg; Magnez: 213.50 mg;

wtorek 2025-09-16Jadłospis 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), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kefir 150g 1szt (MLE), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2122.46 kcal; Białko ogółem: 69.86 g; Tłuszcz ogółem: 52.89 g; Węglowodany ogółem: 296.27 g; Kw. tł. nasycone: 11.67 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1170.52 mg; Błonnik: 21.10 g; W tym cukry: 46.02 g; WW: 29.71 Por; Potas: 2947.33 mg; Wapń: 533.13 mg; Fosfor: 1012.10 mg; Żelazo: 5.82 mg; Magnez: 216.40 mg;

wtorek 2025-09-16Jadłospis 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 , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasztet drobiowy zapiekany 40g , Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2208.30 kcal; Białko ogółem: 76.32 g; Tłuszcz ogółem: 81.02 g; Węglowodany ogółem: 311.49 g; Kw. tł. nasycone: 15.60 g; Sól: 6.71 g; Sód: 2091.69 mg; Błonnik: 21.15 g; W tym cukry: 33.92 g; WW: 31.39 Por; Potas: 3064.32 mg; Wapń: 216.93 mg; Fosfor: 964.54 mg; Żelazo: 10.87 mg; Magnez: 261.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-09-17 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>), Pasta z jajka z zieleniną 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa barszcz biały z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</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 40g (<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: 2413.30 kcal; Białko ogółem: 77.16 g; Tłuszcz ogółem: 67.78 g; Węglowodany ogółem: 320.77 g; Kw. tł. nasycone: 17.01 g; Sól: 7.60 g; Sód: 2539.10 mg; Błonnik: 36.20 g; W tym cukry: 73.38 g; WW: 32.19 Por; Potas: 4392.33 mg; Wapń: 471.08 mg; Fosfor: 1312.29 mg; Żelazo: 13.98 mg; Magnez: 392.18 mg;

środa 2025-09-17 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>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Pasta z jajka z zieleniną 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa barszcz biały z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 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: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2075.18 kcal; Białko ogółem: 78.83 g; Tłuszcz ogółem: 60.15 g; Węglowodany ogółem: 272.02 g; Kw. tł. nasycone: 14.82 g; Sól: 7.70 g; Sód: 2609.38 mg; Błonnik: 34.98 g; W tym cukry: 47.10 g; WW: 27.32 Por; Potas: 4416.91 mg; Wapń: 549.65 mg; Fosfor: 1365.34 mg; Żelazo: 13.66 mg; Magnez: 396.08 mg;

środa 2025-09-17 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 barszcz biały z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</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 , 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: 2311.55 kcal; Białko ogółem: 78.10 g; Tłuszcz ogółem: 44.14 g; Węglowodany ogółem: 371.52 g; Kw. tł. nasycone: 10.21 g; Sól: 4.58 g; Sód: 1157.60 mg; Błonnik: 27.27 g; W tym cukry: 94.73 g; WW: 37.52 Por; Potas: 4689.99 mg; Wapń: 411.53 mg; Fosfor: 1053.43 mg; Żelazo: 11.73 mg; Magnez: 335.16 mg;

środa 2025-09-17 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 barszcz biały z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , 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: 2207.15 kcal; Białko ogółem: 79.14 g; Tłuszcz ogółem: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 361.73 g; Kw. tł. nasycone: 8.06 g; Sól: 4.57 g; Sód: 1157.60 mg; Błonnik: 27.27 g; W tym cukry: 94.73 g; WW: 36.52 Por; Potas: 4689.99 mg; Wapń: 411.53 mg; Fosfor: 1053.43 mg; Żelazo: 11.73 mg; Magnez: 335.16 mg;

środa 2025-09-17 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 barszcz biały z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</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 , 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: 2080.25 kcal; Białko ogółem: 54.83 g; Tłuszcz ogółem: 45.58 g; Węglowodany ogółem: 327.98 g; Kw. tł. nasycone: 8.51 g; Sól: 2.51 g; Sód: 330.60 mg; Błonnik: 29.00 g; W tym cukry: 84.71 g; WW: 33.10 Por; Potas: 4140.79 mg; Wapń: 185.33 mg; Fosfor: 646.53 mg; Żelazo: 8.21 mg; Magnez: 242.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-09-17			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Zupa ml. z płatkami owsianymi 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 ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2052.57 kcal; Białko ogółem: 98.84 g; Tłuszcz ogółem: 49.94 g; Węglowodany ogółem: 313.02 g; Kw. tł. nasycone: 10.80 g; Sól: 1.42 g; Sód: 526.26 mg; Błonnik: 20.06 g; W tym cukry: 121.08 g; WW: 31.64 Por; Potas: 4785.65 mg; Wapń: 773.41 mg; Fosfor: 1533.48 mg; Żelazo: 7.72 mg; Magnez: 371.39 mg;

środa 2025-09-17			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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Banan 1szt ,	Zupa barszcz biały z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</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: 2101.71 kcal; Białko ogółem: 68.59 g; Tłuszcz ogółem: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 340.46 g; Kw. tł. nasycone: 9.48 g; Sól: 2.97 g; Sód: 1076.52 mg; Błonnik: 27.16 g; W tym cukry: 78.88 g; WW: 34.46 Por; Potas: 4199.95 mg; Wapń: 389.28 mg; Fosfor: 999.90 mg; Żelazo: 10.32 mg; Magnez: 319.65 mg;

środa 2025-09-17			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 barszcz biały z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Salatka 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>), Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salata maslowa 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: 2369.28 kcal; Białko ogółem: 91.43 g; Tłuszcz ogółem: 47.77 g; Węglowodany ogółem: 357.48 g; Kw. tł. nasycone: 10.46 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1181.36 mg; Błonnik: 27.27 g; W tym cukry: 96.63 g; WW: 36.09 Por; Potas: 4751.01 mg; Wapń: 462.29 mg; Fosfor: 1176.01 mg; Żelazo: 11.84 mg; Magnez: 340.03 mg;

środa 2025-09-17			Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa
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 barszcz biały z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Salatka 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: 2225.60 kcal; Białko ogółem: 76.72 g; Tłuszcz ogółem: 43.99 g; Węglowodany ogółem: 349.16 g; Kw. tł. nasycone: 8.40 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1090.69 mg; Błonnik: 22.16 g; W tym cukry: 88.17 g; WW: 35.24 Por; Potas: 4214.02 mg; Wapń: 365.52 mg; Fosfor: 973.85 mg; Żelazo: 10.69 mg; Magnez: 311.93 mg;

środa 2025-09-17			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Salatka 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>), Salata maslowa 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: 2073.82 kcal; Białko ogółem: 60.75 g; Tłuszcz ogółem: 44.20 g; Węglowodany ogółem: 323.49 g; Kw. tł. nasycone: 8.30 g; Sól: 2.44 g; Sód: 348.47 mg; Błonnik: 29.87 g; W tym cukry: 93.12 g; WW: 32.63 Por; Potas: 4280.29 mg; Wapń: 368.84 mg; Fosfor: 725.87 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 246.80 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-09-17 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>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt, Pasta z jajka z zieleciną 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa barszcz biały z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Pomidor b/skóry 90g , Salata masłowa 10g ,
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: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2083.20 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz ogółem: 60.19 g; Węglowodany ogółem: 269.27 g; Kw. tł. nasycone: 14.87 g; Sól: 7.63 g; Sód: 2580.12 mg; Błonnik: 32.64 g; W tym cukry: 45.55 g; WW: 27.11 Por; Potas: 4354.87 mg; Wapń: 550.37 mg; Fosfor: 1340.52 mg; Żelazo: 13.66 mg; Magnez: 395.12 mg;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szyńka delikatesowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1889.23 kcal; Białko ogółem: 53.43 g; Tłuszcz ogółem: 65.23 g; Węglowodany ogółem: 288.87 g; Kw. tł. nasycone: 12.36 g; Sól: 3.32 g; Sód: 278.72 mg; Błonnik: 28.70 g; W tym cukry: 85.64 g; WW: 29.20 Por; Potas: 4061.74 mg; Wapń: 182.84 mg; Fosfor: 592.57 mg; Żelazo: 7.79 mg; Magnez: 228.20 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-18 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>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), 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>), Rzodkiewka czerwona 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), 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: 2241.32 kcal; Białko ogółem: 84.93 g; Tłuszcz ogółem: 46.10 g; Węglowodany ogółem: 321.27 g; Kw. tł. nasycone: 16.92 g; Sól: 6.18 g; Sód: 1825.90 mg; Błonnik: 40.92 g; W tym cukry: 76.69 g; WW: 32.26 Por; Potas: 4668.47 mg; Wapń: 791.91 mg; Fosfor: 1339.09 mg; Żelazo: 13.70 mg; Magnez: 351.73 mg;

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka świeża 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>), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), 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: 1854.20 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz ogółem: 42.24 g; Węglowodany ogółem: 248.58 g; Kw. tł. nasycone: 15.01 g; Sól: 6.95 g; Sód: 1886.53 mg; Błonnik: 37.21 g; W tym cukry: 36.09 g; WW: 25.05 Por; Potas: 4357.57 mg; Wapń: 856.47 mg; Fosfor: 1422.14 mg; Żelazo: 13.31 mg; Magnez: 364.22 mg;

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Połędwica sopocka wieprzowa 50g (<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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka owocowa z jabłka, gruszek i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2233.57 kcal; Białko ogółem: 76.17 g; Tłuszcz ogółem: 53.35 g; Węglowodany ogółem: 324.52 g; Kw. tł. nasycone: 24.77 g; Sól: 6.62 g; Sód: 1949.10 mg; Błonnik: 23.45 g; W tym cukry: 56.72 g; WW: 32.67 Por; Potas: 3889.69 mg; Wapń: 431.67 mg; Fosfor: 952.98 mg; Żelazo: 10.00 mg; Magnez: 283.74 mg;

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 50g (<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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka owocowa z jabłka, gruszek i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.17 kcal; Białko ogółem: 77.21 g; Tłuszcz ogółem: 53.03 g; Węglowodany ogółem: 314.73 g; Kw. tł. nasycone: 22.62 g; Sól: 6.61 g; Sód: 1949.10 mg; Błonnik: 23.45 g; W tym cukry: 56.72 g; WW: 31.67 Por; Potas: 3889.69 mg; Wapń: 431.67 mg; Fosfor: 952.98 mg; Żelazo: 10.00 mg; Magnez: 283.74 mg;

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), 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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka owocowa z jabłka, gruszek i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1850.62 kcal; Białko ogółem: 50.93 g; Tłuszcz ogółem: 48.66 g; Węglowodany ogółem: 258.89 g; Kw. tł. nasycone: 18.33 g; Sól: 4.03 g; Sód: 1043.20 mg; Błonnik: 25.39 g; W tym cukry: 46.33 g; WW: 26.01 Por; Potas: 3361.79 mg; Wapń: 204.67 mg; Fosfor: 589.58 mg; Żelazo: 7.13 mg; Magnez: 214.64 mg;

czwartek 2025-09-18 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: Sok owocowy 200ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2156.01 kcal; Białko ogółem: 98.21 g; Tłuszcz ogółem: 65.06 g; Węglowodany ogółem: 248.49 g; Kw. tł. nasycone: 20.76 g; Sól: 1.46 g; Sód: 449.58 mg; Błonnik: 16.80 g; W tym cukry: 37.80 g; WW: 25.13 Por; Potas: 3483.95 mg; Wapń: 552.21 mg; Fosfor: 1222.13 mg; Żelazo: 5.98 mg; Magnez: 247.46 mg;

czwartek 2025-09-18 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 2025-09-18 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), 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), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2300.45 kcal; Białko ogółem: 87.06 g; Tłuszcz ogółem: 64.79 g; Węglowodany ogółem: 304.73 g; Kw. tł. nasycone: 30.25 g; Sól: 7.54 g; Sód: 2085.30 mg; Błonnik: 23.45 g; W tym cukry: 63.47 g; WW: 30.63 Por; Potas: 4085.89 mg; Wapń: 597.17 mg; Fosfor: 1088.58 mg; Żelazo: 10.19 mg; Magnez: 300.34 mg;

czwartek 2025-09-18 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), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2132.62 kcal; Białko ogółem: 71.53 g; Tłuszcz ogółem: 53.16 g; Węglowodany ogółem: 302.03 g; Kw. tł. nasycone: 23.06 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1576.98 mg; Błonnik: 19.01 g; W tym cukry: 51.86 g; WW: 30.34 Por; Potas: 3364.48 mg; Wapń: 357.60 mg; Fosfor: 878.43 mg; Żelazo: 8.33 mg; Magnez: 234.49 mg;

czwartek 2025-09-18 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 b/glu 100g (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), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2322.48 kcal; Białko ogółem: 63.08 g; Tłuszcz ogółem: 60.46 g; Węglowodany ogółem: 337.34 g; Kw. tł. nasycone: 23.77 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1166.78 mg; Błonnik: 25.42 g; W tym cukry: 53.47 g; WW: 33.79 Por; Potas: 2705.23 mg; Wapń: 405.13 mg; Fosfor: 754.01 mg; Żelazo: 6.72 mg; Magnez: 194.25 mg;

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szyńska delikatesowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml 300ml (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), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt ,	Posiłek nocny: Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1909.82 kcal; Białko ogółem: 73.59 g; Tłuszcz ogółem: 50.53 g; Węglowodany ogółem: 303.28 g; Kw. tł. nasycone: 13.53 g; Sól: 7.30 g; Sód: 1958.25 mg; Błonnik: 23.32 g; W tym cukry: 50.93 g; WW: 30.59 Por; Potas: 3861.94 mg; Wapń: 224.17 mg; Fosfor: 726.28 mg; Żelazo: 10.18 mg; Magnez: 263.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-09-18			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 świeża 100g ,			Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu w plasterkach 100g (<i>SOJ</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 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Sałatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1990.91 kcal; Białko ogółem: 81.09 g; Tłuszcz ogółem: 32.18 g; Węglowodany ogółem: 290.92 g; Kw. tł. nasycone: 17.43 g; Sól: 4.21 g; Sód: 1592.00 mg; Błonnik: 34.98 g; W tym cukry: 64.18 g; WW: 29.24 Por; Potas: 3894.39 mg; Wapń: 937.62 mg; Fosfor: 1311.32 mg; Żelazo: 10.53 mg; Magnez: 301.60 mg;

czwartek 2025-09-18			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 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyń na mleku roślinnym b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt ,

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

czwartek 2025-09-18			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty 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 , Kalafior 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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Sałatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2148.97 kcal; Białko ogółem: 74.61 g; Tłuszcz ogółem: 52.22 g; Węglowodany ogółem: 324.04 g; Kw. tł. nasycone: 24.16 g; Sól: 6.28 g; Sód: 1946.85 mg; Błonnik: 23.45 g; W tym cukry: 56.41 g; WW: 32.62 Por; Potas: 3882.64 mg; Wapń: 425.67 mg; Fosfor: 948.68 mg; Żelazo: 10.00 mg; Magnez: 283.14 mg;

czwartek 2025-09-18			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Dżem szt - 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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Sałatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2080.90 kcal; Białko ogółem: 74.80 g; Tłuszcz ogółem: 52.44 g; Węglowodany ogółem: 313.28 g; Kw. tł. nasycone: 24.25 g; Sól: 6.29 g; Sód: 1949.10 mg; Błonnik: 23.45 g; W tym cukry: 56.65 g; WW: 31.55 Por; Potas: 3889.69 mg; Wapń: 431.67 mg; Fosfor: 952.98 mg; Żelazo: 10.00 mg; Magnez: 283.74 mg;

czwartek 2025-09-18			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 249ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 50g (<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 , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo 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: 1913.16 kcal; Białko ogółem: 83.41 g; Tłuszcz ogółem: 53.72 g; Węglowodany ogółem: 239.15 g; Kw. tł. nasycone: 24.38 g; Sól: 7.91 g; Sód: 2421.61 mg; Błonnik: 30.65 g; W tym cukry: 30.51 g; WW: 24.15 Por; Potas: 4073.08 mg; Wapń: 528.83 mg; Fosfor: 1242.71 mg; Żelazo: 12.18 mg; Magnez: 382.71 mg;

czwartek 2025-09-18			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatesowa 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 , Kalafior 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 , Szynka delikatesowa drobiowa 50g , Jajko got. na miękko kl. M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
			Posiłek nocny: Sałatka owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1930.43 kcal; Białko ogółem: 60.02 g; Tłuszcz ogółem: 56.84 g; Węglowodany ogółem: 301.72 g; Kw. tł. nasycone: 14.12 g; Sól: 4.19 g; Sód: 855.38 mg; Błonnik: 24.25 g; W tym cukry: 44.32 g; WW: 30.24 Por; Potas: 2432.98 mg; Wapń: 175.63 mg; Fosfor: 537.41 mg; Żelazo: 6.44 mg; Magnez: 169.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salátka z 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: 2442.52 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz ogółem: 66.10 g; Węglowodany ogółem: 323.46 g; Kw. tł. nasycone: 27.35 g; Sól: 5.53 g; Sód: 1786.19 mg; Błonnik: 39.79 g; W tym cukry: 73.64 g; WW: 32.39 Por; Potas: 3566.24 mg; Wapń: 530.38 mg; Fosfor: 1042.43 mg; Żelazo: 10.76 mg; Magnez: 271.71 mg;

piątek 2025-09-19 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g ,
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: 2052.82 kcal; Białko ogółem: 85.29 g; Tłuszcz ogółem: 61.37 g; Węglowodany ogółem: 259.07 g; Kw. tł. nasycone: 24.05 g; Sól: 5.44 g; Sód: 1785.99 mg; Błonnik: 40.06 g; W tym cukry: 50.64 g; WW: 25.92 Por; Potas: 3698.84 mg; Wapń: 607.18 mg; Fosfor: 1184.93 mg; Żelazo: 11.26 mg; Magnez: 308.71 mg;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), 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: 2101.95 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz ogółem: 39.70 g; Węglowodany ogółem: 314.76 g; Kw. tł. nasycone: 12.73 g; Sól: 4.52 g; Sód: 1022.30 mg; Błonnik: 22.53 g; W tym cukry: 77.18 g; WW: 31.80 Por; Potas: 3427.58 mg; Wapń: 398.51 mg; Fosfor: 728.78 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 245.28 mg;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), 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: 2004.69 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz ogółem: 39.18 g; Węglowodany ogółem: 305.49 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1022.30 mg; Błonnik: 22.53 g; W tym cukry: 77.31 g; WW: 30.87 Por; Potas: 3427.58 mg; Wapń: 398.51 mg; Fosfor: 728.78 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 245.28 mg;

piątek 2025-09-19 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>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), 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: 1748.51 kcal; Białko ogółem: 57.59 g; Tłuszcz ogółem: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 280.01 g; Kw. tł. nasycone: 7.62 g; Sól: 2.29 g; Sód: 209.38 mg; Błonnik: 25.38 g; W tym cukry: 69.17 g; WW: 28.28 Por; Potas: 3103.72 mg; Wapń: 197.29 mg; Fosfor: 490.94 mg; Żelazo: 4.93 mg; Magnez: 191.26 mg;

piątek 2025-09-19 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 2025-09-19Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 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: 1724.56 kcal; Białko ogółem: 77.15 g; Tłuszcz ogółem: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 267.50 g; Kw. tł. nasycone: 8.15 g; Sól: 2.71 g; Sód: 1013.77 mg; Błonnik: 21.89 g; W tym cukry: 33.99 g; WW: 27.06 Por; Potas: 2756.60 mg; Wapń: 412.72 mg; Fosfor: 791.80 mg; Żelazo: 7.48 mg; Magnez: 197.85 mg;

piątek 2025-09-19Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 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 olejem WN 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.43 kcal; Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz ogółem: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 318.02 g; Kw. tł. nasycone: 12.21 g; Sól: 4.57 g; Sód: 1066.18 mg; Błonnik: 22.78 g; W tym cukry: 82.33 g; WW: 32.10 Por; Potas: 3632.32 mg; Wapń: 486.09 mg; Fosfor: 856.34 mg; Żelazo: 7.37 mg; Magnez: 253.06 mg;

piątek 2025-09-19Jadłospis 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), Twaróg 40g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 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: 1907.44 kcal; Białko ogółem: 80.11 g; Tłuszcz ogółem: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 291.61 g; Kw. tł. nasycone: 10.33 g; Sól: 4.25 g; Sód: 938.29 mg; Błonnik: 17.51 g; W tym cukry: 68.93 g; WW: 29.42 Por; Potas: 3018.27 mg; Wapń: 343.96 mg; Fosfor: 674.40 mg; Żelazo: 6.30 mg; Magnez: 221.07 mg;

piątek 2025-09-19Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 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 olejem WN 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Sałatka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2014.61 kcal; Białko ogółem: 66.97 g; Tłuszcz ogółem: 45.81 g; Węglowodany ogółem: 290.28 g; Kw. tł. nasycone: 11.47 g; Sól: 2.31 g; Sód: 266.10 mg; Błonnik: 26.15 g; W tym cukry: 74.46 g; WW: 29.26 Por; Potas: 3236.88 mg; Wapń: 371.51 mg; Fosfor: 621.28 mg; Żelazo: 5.21 mg; Magnez: 213.18 mg;

piątek 2025-09-19Jadłospis 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), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 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 olejem WN 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Ser wege 60g , Sałatka z brokuła 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: 1791.07 kcal; Białko ogółem: 62.50 g; Tłuszcz ogółem: 42.26 g; Węglowodany ogółem: 302.12 g; Kw. tł. nasycone: 8.59 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1079.30 mg; Błonnik: 25.70 g; W tym cukry: 71.11 g; WW: 30.61 Por; Potas: 3432.18 mg; Wapń: 219.79 mg; Fosfor: 566.35 mg; Żelazo: 8.00 mg; Magnez: 244.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-09-19			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,			Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 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 mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2294.36 kcal; Białko ogółem: 88.15 g; Tłuszcz ogółem: 65.29 g; Węglowodany ogółem: 301.33 g; Kw. tł. nasycone: 28.20 g; Sól: 5.06 g; Sód: 1877.67 mg; Błonnik: 36.66 g; W tym cukry: 81.73 g; WW: 30.26 Por; Potas: 3943.85 mg; Wapń: 816.88 mg; Fosfor: 1150.72 mg; Żelazo: 9.88 mg; Magnez: 311.77 mg;

piątek 2025-09-19			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, MLE, 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: 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 2025-09-19			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Cukinia gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 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: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2087.80 kcal; Białko ogółem: 81.98 g; Tłuszcz ogółem: 36.27 g; Węglowodany ogółem: 319.66 g; Kw. tł. nasycone: 12.58 g; Sól: 4.48 g; Sód: 1031.17 mg; Błonnik: 23.68 g; W tym cukry: 80.34 g; WW: 32.28 Por; Potas: 3745.04 mg; Wapń: 403.95 mg; Fosfor: 750.49 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 253.39 mg;

piątek 2025-09-19			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , 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>), Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Polędwica miodowa drobiowa 40g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1954.17 kcal; Białko ogółem: 80.72 g; Tłuszcz ogółem: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 306.74 g; Kw. tł. nasycone: 11.91 g; Sól: 4.26 g; Sód: 948.04 mg; Błonnik: 19.41 g; W tym cukry: 72.42 g; WW: 30.97 Por; Potas: 3406.07 mg; Wapń: 364.74 mg; Fosfor: 713.73 mg; Żelazo: 6.96 mg; Magnez: 235.35 mg;

piątek 2025-09-19			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>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,			Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 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>), Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2050.27 kcal; Białko ogółem: 83.44 g; Tłuszcz ogółem: 65.89 g; Węglowodany ogółem: 248.10 g; Kw. tł. nasycone: 25.72 g; Sól: 6.00 g; Sód: 1782.64 mg; Błonnik: 35.78 g; W tym cukry: 47.13 g; WW: 24.99 Por; Potas: 3056.33 mg; Wapń: 503.55 mg; Fosfor: 968.22 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 279.18 mg;

piątek 2025-09-19			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Mus z jabłka na słodko 60g (<i>S02</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,			Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta drobiowa 60g , Szynka delikatkowa drobiowa 30g , Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g ,
			Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1780.47 kcal; Białko ogółem: 58.08 g; Tłuszcz ogółem: 58.74 g; Węglowodany ogółem: 261.15 g; Kw. tł. nasycone: 11.42 g; Sól: 2.59 g; Sód: 233.18 mg; Błonnik: 26.56 g; W tym cukry: 65.63 g; WW: 26.38 Por; Potas: 3151.61 mg; Wapń: 157.93 mg; Fosfor: 488.40 mg; Żelazo: 5.21 mg; Magnez: 203.80 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-09-20 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>), Cykorია 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2506.25 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz ogółem: 53.57 g; Węglowodany ogółem: 334.90 g; Kw. tł. nasycone: 15.93 g; Sól: 7.10 g; Sód: 2379.30 mg; Błonnik: 34.58 g; W tym cukry: 71.97 g; WW: 33.50 Por; Potas: 3564.81 mg; Wapń: 759.56 mg; Fosfor: 1269.83 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 340.56 mg;

sobota 2025-09-20 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 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>), Cykorია 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 2025-09-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), 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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1954.79 kcal; Białko ogółem: 83.25 g; Tłuszcz ogółem: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 301.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.07 g; Sól: 3.03 g; Sód: 1036.71 mg; Błonnik: 15.17 g; W tym cukry: 51.37 g; WW: 30.28 Por; Potas: 3167.95 mg; Wapń: 396.30 mg; Fosfor: 966.80 mg; Żelazo: 8.14 mg; Magnez: 204.53 mg;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), 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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1850.39 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz ogółem: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 291.30 g; Kw. tł. nasycone: 7.92 g; Sól: 3.02 g; Sód: 1036.71 mg; Błonnik: 15.17 g; W tym cukry: 51.37 g; WW: 29.28 Por; Potas: 3167.95 mg; Wapń: 396.30 mg; Fosfor: 966.80 mg; Żelazo: 8.14 mg; Magnez: 204.53 mg;

sobota 2025-09-20 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 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 sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Buraczki gotowane 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1655.17 kcal; Białko ogółem: 49.10 g; Tłuszcz ogółem: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 254.52 g; Kw. tł. nasycone: 6.91 g; Sól: 2.14 g; Sód: 173.45 mg; Błonnik: 18.07 g; W tym cukry: 39.95 g; WW: 25.55 Por; Potas: 2589.77 mg; Wapń: 128.92 mg; Fosfor: 504.01 mg; Żelazo: 5.60 mg; Magnez: 138.27 mg;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyńni) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, 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: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biskoptami (mix g.budyńni) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

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 2025-09-20Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką (papka) 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>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik ryżowy (papka) 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki puree 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze(papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1897.83 kcal; Białko ogółem: 85.54 g; Tłuszcz ogółem: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 286.46 g; Kw. tł. nasycone: 9.21 g; Sól: 2.88 g; Sód: 1023.58 mg; Błonnik: 23.36 g; W tym cukry: 42.14 g; WW: 28.95 Por; Potas: 3129.76 mg; Wapń: 430.77 mg; Fosfor: 975.34 mg; Żelazo: 8.30 mg; Magnez: 216.83 mg;

sobota 2025-09-20Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z zacierką 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 jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , 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 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1978.63 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz ogółem: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; Kw. tł. nasycone: 9.66 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1045.51 mg; Błonnik: 15.17 g; W tym cukry: 52.26 g; WW: 28.66 Por; Potas: 3190.55 mg; Wapń: 415.10 mg; Fosfor: 1012.20 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 206.33 mg;

sobota 2025-09-20Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
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>), Pomidor b/skóry 50g , Dżem szt - 25g 1szt ,	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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1879.19 kcal; Białko ogółem: 81.04 g; Tłuszcz ogółem: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 283.80 g; Kw. tł. nasycone: 8.15 g; Sól: 2.94 g; Sód: 1001.51 mg; Błonnik: 13.35 g; W tym cukry: 45.92 g; WW: 28.50 Por; Potas: 2813.45 mg; Wapń: 361.00 mg; Fosfor: 923.00 mg; Żelazo: 6.97 mg; Magnez: 190.33 mg;

sobota 2025-09-20Jadłospis 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>), 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 b/mąki 60ml , 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>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 100g , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1811.65 kcal; Białko ogółem: 65.68 g; Tłuszcz ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 267.53 g; Kw. tł. nasycone: 8.39 g; Sól: 1.01 g; Sód: 275.43 mg; Błonnik: 19.41 g; W tym cukry: 50.86 g; WW: 26.83 Por; Potas: 3032.89 mg; Wapń: 356.16 mg; Fosfor: 774.58 mg; Żelazo: 5.84 mg; Magnez: 163.89 mg;

sobota 2025-09-20Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , 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>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka z indykiem 50g (<i>SOJ</i>), Cykorja 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt ,	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1950.93 kcal; Białko ogółem: 74.83 g; Tłuszcz ogółem: 50.86 g; Węglowodany ogółem: 309.38 g; Kw. tł. nasycone: 11.75 g; Sól: 5.62 g; Sód: 1116.96 mg; Błonnik: 22.91 g; W tym cukry: 71.70 g; WW: 31.32 Por; Potas: 3730.25 mg; Wapń: 187.30 mg; Fosfor: 766.84 mg; Żelazo: 9.07 mg; Magnez: 255.38 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

sobota 2025-09-20			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze mięsny) 500ml (GLU, JAJ), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa b/ml 500ml (GLU, MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna b/ml na wywarze mięsny 500ml (GLU, MLE, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,		Podwieczorek: Budyń waniliowy z owocami na ml. roślinnym 200ml (SOJ),		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 2025-09-20 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. 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 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.68 kcal; Białko ogółem: 82.60 g; Tłuszcz ogółem: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 309.74 g; Kw. tł. nasycone: 9.62 g; Sól: 3.16 g; Sód: 1093.50 mg; Błonnik: 19.24 g; W tym cukry: 55.72 g; WW: 31.17 Por; Potas: 3427.80 mg; Wapń: 418.03 mg; Fosfor: 1003.64 mg; Żelazo: 8.62 mg; Magnez: 218.52 mg;

sobota 2025-09-20			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, Sałata 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 , Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Buraczki gotowane 100g ,	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt , Arbuz 100g ,	

z MAPI Jadłospis 2.24.11.7 strona 50 z 55

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-09-21 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 50g (<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 koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</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 , Ogórek świeży 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Galaretką z owocami 200g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2431.77 kcal; Białko ogółem: 93.71 g; Tłuszcz ogółem: 50.51 g; Węglowodany ogółem: 313.74 g; Kw. tł. nasycone: 15.39 g; Sól: 7.66 g; Sód: 2176.69 mg; Błonnik: 38.05 g; W tym cukry: 58.60 g; WW: 31.42 Por; Potas: 2847.85 mg; Wapń: 696.36 mg; Fosfor: 1267.05 mg; Żelazo: 10.63 mg; Magnez: 311.15 mg;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<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 , Ogórek świeży 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: Galaretką z owocami 200g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2117.63 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz ogółem: 47.12 g; Węglowodany ogółem: 261.99 g; Kw. tł. nasycone: 12.24 g; Sól: 7.65 g; Sód: 2203.43 mg; Błonnik: 39.03 g; W tym cukry: 33.72 g; WW: 26.25 Por; Potas: 2975.23 mg; Wapń: 700.51 mg; Fosfor: 1351.44 mg; Żelazo: 11.75 mg; Magnez: 347.16 mg;

niedziela 2025-09-21 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 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</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: 2114.59 kcal; Białko ogółem: 96.06 g; Tłuszcz ogółem: 39.16 g; Węglowodany ogółem: 310.97 g; Kw. tł. nasycone: 11.99 g; Sól: 7.35 g; Sód: 1812.55 mg; Błonnik: 25.29 g; W tym cukry: 43.84 g; WW: 31.31 Por; Potas: 2726.86 mg; Wapń: 495.86 mg; Fosfor: 976.89 mg; Żelazo: 8.46 mg; Magnez: 240.85 mg;

niedziela 2025-09-21 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 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</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: 2001.32 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz ogółem: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 292.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.81 g; Sól: 7.34 g; Sód: 1812.55 mg; Błonnik: 25.29 g; W tym cukry: 43.84 g; WW: 29.41 Por; Potas: 2726.86 mg; Wapń: 495.86 mg; Fosfor: 976.89 mg; Żelazo: 8.46 mg; Magnez: 240.85 mg;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 80g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</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: 1870.51 kcal; Białko ogółem: 59.12 g; Tłuszcz ogółem: 38.93 g; Węglowodany ogółem: 283.20 g; Kw. tł. nasycone: 9.83 g; Sól: 4.25 g; Sód: 944.59 mg; Błonnik: 28.57 g; W tym cukry: 28.80 g; WW: 28.46 Por; Potas: 2057.16 mg; Wapń: 194.46 mg; Fosfor: 549.77 mg; Żelazo: 5.86 mg; Magnez: 170.97 mg;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
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.bydnyiu) 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 2025-09-21 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 koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU, MLE</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: 2011.85 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz ogółem: 37.40 g; Węglowodany ogółem: 293.74 g; Kw. tł. nasycone: 11.76 g; Sól: 3.73 g; Sód: 1144.89 mg; Błonnik: 27.79 g; W tym cukry: 43.63 g; WW: 29.64 Por; Potas: 2584.63 mg; Wapń: 539.49 mg; Fosfor: 1044.76 mg; Żelazo: 8.64 mg; Magnez: 214.50 mg;

niedziela 2025-09-21 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 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU, MLE</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: 2302.99 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz ogółem: 61.82 g; Węglowodany ogółem: 300.81 g; Kw. tł. nasycone: 25.38 g; Sól: 6.19 g; Sód: 1347.15 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 45.10 g; WW: 30.23 Por; Potas: 2667.46 mg; Wapń: 510.86 mg; Fosfor: 1023.69 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 202.65 mg;

niedziela 2025-09-21 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 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU, MLE</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: 2008.92 kcal; Białko ogółem: 91.14 g; Tłuszcz ogółem: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 287.53 g; Kw. tł. nasycone: 10.24 g; Sól: 5.53 g; Sód: 1086.84 mg; Błonnik: 19.52 g; W tym cukry: 38.51 g; WW: 28.87 Por; Potas: 1992.47 mg; Wapń: 410.95 mg; Fosfor: 860.79 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 163.98 mg;

niedziela 2025-09-21 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 , Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos koperkowy b/mąki 70ml , 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: 1989.24 kcal; Białko ogółem: 66.11 g; Tłuszcz ogółem: 41.43 g; Węglowodany ogółem: 298.51 g; Kw. tł. nasycone: 8.26 g; Sól: 4.41 g; Sód: 960.12 mg; Błonnik: 25.12 g; W tym cukry: 28.32 g; WW: 29.95 Por; Potas: 2208.31 mg; Wapń: 198.07 mg; Fosfor: 600.64 mg; Żelazo: 6.04 mg; Magnez: 164.66 mg;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pomidor b/skóry 100g , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos koperkowy 70ml (<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 , Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Galaretką z owocami 200g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2177.17 kcal; Białko ogółem: 81.44 g; Tłuszcz ogółem: 56.48 g; Węglowodany ogółem: 322.35 g; Kw. tł. nasycone: 12.64 g; Sól: 7.40 g; Sód: 1818.86 mg; Błonnik: 24.45 g; W tym cukry: 32.95 g; WW: 32.50 Por; Potas: 2194.62 mg; Wapń: 189.53 mg; Fosfor: 727.27 mg; Żelazo: 7.96 mg; Magnez: 204.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Leczo warzywne z cukinią 150g (GLU, SEL), 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 (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z białej fasoli 60g , Ogórek świeży 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2240.88 kcal; Białko ogółem: 66.40 g; Tłuszcz ogółem: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 322.07 g; Kw. tł. nasycone: 14.19 g; Sól: 8.09 g; Sód: 3043.32 mg; Błonnik: 45.45 g; W tym cukry: 53.75 g; WW: 32.29 Por; Potas: 2872.06 mg; Wapń: 927.11 mg; Fosfor: 1209.94 mg; Żelazo: 11.29 mg; Magnez: 356.46 mg;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml na wywarze mięsny 500ml (GLU, JAJ),	Płynna obiadowa b/ml 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml z mięsem 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (MLE),	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 2025-09-21 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Poledwica ani drobiowa 40g (SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (GLU, SEL), Szyunka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos koperkowy b/mąki 70ml , Kasza jęczmienna b/soli 200g (GLU), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyunka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna b/soli 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.26 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz ogółem: 38.68 g; Węglowodany ogółem: 306.19 g; Kw. tł. nasycone: 11.33 g; Sól: 4.74 g; Sód: 1105.94 mg; Błonnik: 24.92 g; W tym cukry: 43.57 g; WW: 30.81 Por; Potas: 2632.96 mg; Wapń: 470.94 mg; Fosfor: 940.20 mg; Żelazo: 8.10 mg; Magnez: 197.26 mg;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyunka wieprzowa z liściem 50g (GLU, SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL), Szyunka wieprzowa duszona 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyunka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2031.39 kcal; Białko ogółem: 95.28 g; Tłuszcz ogółem: 38.28 g; Węglowodany ogółem: 309.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.42 g; Sól: 5.58 g; Sód: 1110.35 mg; Błonnik: 25.07 g; W tym cukry: 44.04 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2654.66 mg; Wapń: 482.66 mg; Fosfor: 954.09 mg; Żelazo: 8.20 mg; Magnez: 199.65 mg;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyunka wieprzowa z liściem 50g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL), Szyunka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (GLU), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyunka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Galaretką z owocami 200g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2163.71 kcal; Białko ogółem: 103.77 g; Tłuszcz ogółem: 57.94 g; Węglowodany ogółem: 271.49 g; Kw. tł. nasycone: 19.75 g; Sól: 8.24 g; Sód: 2166.93 mg; Błonnik: 35.53 g; W tym cukry: 37.13 g; WW: 27.34 Por; Potas: 3215.94 mg; Wapń: 567.65 mg; Fosfor: 1310.77 mg; Żelazo: 12.10 mg; Magnez: 360.35 mg;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szyunka z indykiem 40g (SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem b/glu 300ml (SEL), Szyunka wieprzowa duszona 100g , Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy b/mąki 70ml , Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szyunka delikatna drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1914.82 kcal; Białko ogółem: 61.45 g; Tłuszcz ogółem: 60.23 g; Węglowodany ogółem: 293.45 g; Kw. tł. nasycone: 13.96 g; Sól: 4.26 g; Sód: 960.12 mg; Błonnik: 25.12 g; W tym cukry: 28.23 g; WW: 29.49 Por; Potas: 2208.31 mg; Wapń: 198.07 mg; Fosfor: 600.64 mg; Żelazo: 6.04 mg; Magnez: 164.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów