

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka grahamka 1szt (<i>GLU</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron pełnoziarnisty z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor 100g , Kurczak gotowany - wędlina 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>),
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Kocktajl warzywny 200ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1983.41 kcal; Białko ogółem: 79.02 g; Tłuszcz ogółem: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 304.76 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 5.49 g; Sód: 1364.74 mg; Błonnik: 39.38 g; W tym cukry: 60.08 g; WW: 30.48 Por; Potas: 3332.39 mg; Wapń: 640.71 mg; Fosfor: 1204.02 mg; Żelazo: 10.93 mg; Magnez: 292.19 mg;

poniedziałek 2025-10-06 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 , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany - wędlina 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta z jajka z zieleniną 40g (<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: 2330.35 kcal; Białko ogółem: 78.43 g; Tłuszcz ogółem: 45.21 g; Węglowodany ogółem: 368.37 g; Kw. tł. nasycone: 12.37 g; Sól: 6.99 g; Sód: 1790.23 mg; Błonnik: 24.64 g; W tym cukry: 105.94 g; WW: 37.18 Por; Potas: 3379.53 mg; Wapń: 620.21 mg; Fosfor: 920.52 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 274.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <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 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 , Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>),
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Arbuz 150g ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1965.99 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz ogółem: 65.89 g; Węglowodany ogółem: 246.42 g; Kw. tł. nasycone: 24.31 g; Sól: 5.50 g; Sód: 1551.88 mg; Błonnik: 31.40 g; W tym cukry: 54.87 g; WW: 24.74 Por; Potas: 4287.57 mg; Wapń: 732.39 mg; Fosfor: 1351.48 mg; Żelazo: 12.69 mg; Magnez: 341.35 mg;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 50g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</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: 2396.61 kcal; Białko ogółem: 81.39 g; Tłuszcz ogółem: 72.79 g; Węglowodany ogółem: 313.52 g; Kw. tł. nasycone: 28.08 g; Sól: 4.57 g; Sód: 1359.31 mg; Błonnik: 19.64 g; W tym cukry: 73.19 g; WW: 31.57 Por; Potas: 3725.06 mg; Wapń: 485.95 mg; Fosfor: 1116.05 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 259.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Papryka świeża 100g , Ser biały - plaster 20g (<i>MLE</i>),	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Makaron pełnoziarnisty 200g (<i>GLU</i> , <i>MCK</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z soczewicy 40g , Sałatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Szynka złocista 20g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>),
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chrupki kukurydziane 40g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2022.09 kcal; Białko ogółem: 87.16 g; Tłuszcz ogółem: 35.63 g; Węglowodany ogółem: 316.47 g; Kw. tł. nasycone: 8.31 g; Sól: 3.69 g; Sód: 1249.26 mg; Błonnik: 42.16 g; W tym cukry: 50.74 g; WW: 31.77 Por; Potas: 3468.10 mg; Wapń: 520.13 mg; Fosfor: 1271.71 mg; Żelazo: 10.77 mg; Magnez: 331.35 mg;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ</i> , <i>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</i> , <i>SEL</i>), Banan 1szt , Cykorია 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2382.05 kcal; Białko ogółem: 86.13 g; Tłuszcz ogółem: 33.17 g; Węglowodany ogółem: 401.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.40 g; Sól: 3.37 g; Sód: 1107.43 mg; Błonnik: 24.43 g; W tym cukry: 108.65 g; WW: 40.50 Por; Potas: 3672.15 mg; Wapń: 525.67 mg; Fosfor: 911.66 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 263.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt, Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Salatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Śliwki 2szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2187.69 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz ogółem: 77.35 g; Węglowodany ogółem: 262.01 g; Kw. tł. nasycone: 21.25 g; Sól: 7.75 g; Sód: 2827.85 mg; Błonnik: 36.23 g; W tym cukry: 55.22 g; WW: 26.25 Por; Potas: 2940.61 mg; Wapń: 873.53 mg; Fosfor: 1573.95 mg; Żelazo: 11.30 mg; Magnez: 381.67 mg;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>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</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), 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 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 40g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2477.58 kcal; Białko ogółem: 81.57 g; Tłuszcz ogółem: 61.91 g; Węglowodany ogółem: 325.89 g; Kw. tł. nasycone: 25.24 g; Sól: 5.93 g; Sód: 2079.35 mg; Błonnik: 17.42 g; W tym cukry: 63.46 g; WW: 32.67 Por; Potas: 1977.51 mg; Wapń: 386.31 mg; Fosfor: 906.42 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 184.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Sok warzywny 300ml 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1633.57 kcal; Białko ogółem: 73.23 g; Tłuszcz ogółem: 38.13 g; Węglowodany ogółem: 231.54 g; Kw. tł. nasycone: 16.46 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1845.71 mg; Błonnik: 32.16 g; W tym cukry: 38.86 g; WW: 23.26 Por; Potas: 3928.54 mg; Wapń: 557.98 mg; Fosfor: 1120.88 mg; Żelazo: 11.37 mg; Magnez: 322.30 mg;

piątek 2025-10-10 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</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2218.86 kcal; Białko ogółem: 73.76 g; Tłuszcz ogółem: 50.69 g; Węglowodany ogółem: 334.33 g; Kw. tł. nasycone: 18.87 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1318.80 mg; Błonnik: 21.02 g; W tym cukry: 78.99 g; WW: 33.70 Por; Potas: 2524.47 mg; Wapń: 358.84 mg; Fosfor: 678.79 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 164.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor 100g ,	Zupa brokułowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>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: Herbata b/c 250ml , Śliwki 2szt ,	Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1872.97 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz ogółem: 51.67 g; Węglowodany ogółem: 249.51 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 7.37 g; Sód: 2335.53 mg; Błonnik: 32.56 g; W tym cukry: 48.84 g; WW: 25.16 Por; Potas: 3990.07 mg; Wapń: 1022.80 mg; Fosfor: 1465.41 mg; Żelazo: 13.12 mg; Magnez: 400.60 mg;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>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 40g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 150g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2428.99 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 52.97 g; Węglowodany ogółem: 364.67 g; Kw. tł. nasycone: 12.31 g; Sól: 6.95 g; Sód: 1828.72 mg; Błonnik: 20.04 g; W tym cukry: 58.08 g; WW: 36.80 Por; Potas: 3144.20 mg; Wapń: 448.29 mg; Fosfor: 962.60 mg; Żelazo: 10.22 mg; Magnez: 259.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>MCK</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 150g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Marchew surowa w słupkach 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Sok warzywny 300ml 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1929.28 kcal; Białko ogółem: 70.96 g; Tłuszcz ogółem: 63.91 g; Węglowodany ogółem: 250.99 g; Kw. tł. nasycone: 20.92 g; Sól: 5.56 g; Sód: 1702.06 mg; Błonnik: 37.42 g; W tym cukry: 55.65 g; WW: 25.20 Por; Potas: 3875.21 mg; Wapń: 549.87 mg; Fosfor: 1222.97 mg; Żelazo: 10.34 mg; Magnez: 324.77 mg;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>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>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</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 ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2443.68 kcal; Białko ogółem: 81.00 g; Tłuszcz ogółem: 81.48 g; Węglowodany ogółem: 299.41 g; Kw. tł. nasycone: 32.35 g; Sól: 6.06 g; Sód: 2012.50 mg; Błonnik: 24.22 g; W tym cukry: 66.00 g; WW: 30.18 Por; Potas: 2983.74 mg; Wapń: 507.94 mg; Fosfor: 926.55 mg; Żelazo: 7.35 mg; Magnez: 229.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>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 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kurczak po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż brązowy na sypko 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 , Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (<i>SOJ</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1859.96 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz ogółem: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 283.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.53 g; Sól: 5.96 g; Sód: 1952.36 mg; Błonnik: 37.95 g; W tym cukry: 50.66 g; WW: 28.38 Por; Potas: 3485.41 mg; Wapń: 707.57 mg; Fosfor: 1577.66 mg; Żelazo: 10.58 mg; Magnez: 443.44 mg;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU</i> , <i>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</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.26 kcal; Białko ogółem: 86.82 g; Tłuszcz ogółem: 35.27 g; Węglowodany ogółem: 365.82 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 2.80 g; Sód: 1058.90 mg; Błonnik: 21.58 g; W tym cukry: 74.60 g; WW: 36.89 Por; Potas: 3474.93 mg; Wapń: 418.38 mg; Fosfor: 1039.25 mg; Żelazo: 8.33 mg; Magnez: 252.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</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: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Śliwki 2szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1916.09 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz ogółem: 54.95 g; Węglowodany ogółem: 253.80 g; Kw. tł. nasycone: 15.23 g; Sól: 6.01 g; Sód: 2351.22 mg; Błonnik: 34.59 g; W tym cukry: 53.71 g; WW: 25.48 Por; Potas: 2919.83 mg; Wapń: 889.48 mg; Fosfor: 1533.10 mg; Żelazo: 10.29 mg; Magnez: 315.79 mg;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Biskopty 30g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.89 kcal; Białko ogółem: 86.79 g; Tłuszcz ogółem: 45.45 g; Węglowodany ogółem: 317.25 g; Kw. tł. nasycone: 11.36 g; Sól: 6.68 g; Sód: 1850.57 mg; Błonnik: 20.42 g; W tym cukry: 41.86 g; WW: 31.92 Por; Potas: 3076.39 mg; Wapń: 416.47 mg; Fosfor: 1093.04 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 257.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt, Pasta z jajka z zieloną 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek kiszony 100g,	Zupa barszcz białej 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, Kompót 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: Herbata b/c 250ml, Arbuz 150g,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml, Gruszka 1szt,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1994.91 kcal; Białko ogółem: 73.62 g; Tłuszcz ogółem: 58.39 g; Węglowodany ogółem: 278.11 g; Kw. tł. nasycone: 13.96 g; Sól: 6.46 g; Sód: 2474.60 mg; Błonnik: 35.85 g; W tym cukry: 62.86 g; WW: 27.85 Por; Potas: 4491.15 mg; Wapń: 556.79 mg; Fosfor: 1323.88 mg; Żelazo: 13.32 mg; Magnez: 387.78 mg;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Banan 1szt, Cykoria 10g,	Zupa barszcz białej z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g, Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos marchewkowy zabiłany 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g, Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompót 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>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Salátka masłowa 10g, Pomidor b/skóry 90g,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Kisiel z tartym jabłkiem 250ml, Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2257.87 kcal; Białko ogółem: 78.34 g; Tłuszcz ogółem: 44.41 g; Węglowodany ogółem: 357.49 g; Kw. tł. nasycone: 11.21 g; Sól: 4.94 g; Sód: 1171.07 mg; Błonnik: 27.47 g; W tym cukry: 88.89 g; WW: 36.16 Por; Potas: 4573.61 mg; Wapń: 414.05 mg; Fosfor: 1027.77 mg; Żelazo: 11.30 mg; Magnez: 326.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-10-16 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>), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka świeża 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, 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: Herbata b/c 250ml , Sok warzywny 300ml 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1946.66 kcal; Białko ogółem: 85.66 g; Tłuszcz ogółem: 48.41 g; Węglowodany ogółem: 276.51 g; Kw. tł. nasycone: 13.74 g; Sól: 7.20 g; Sód: 1743.93 mg; Błonnik: 38.11 g; W tym cukry: 49.36 g; WW: 27.84 Por; Potas: 3903.11 mg; Wapń: 850.96 mg; Fosfor: 1285.23 mg; Żelazo: 12.31 mg; Magnez: 315.79 mg;

czwartek 2025-10-16 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 , Polędwica sopocka wieprzowa 50g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, 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>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2442.15 kcal; Białko ogółem: 76.22 g; Tłuszcz ogółem: 55.32 g; Węglowodany ogółem: 371.39 g; Kw. tł. nasycone: 20.15 g; Sól: 6.93 g; Sód: 1859.65 mg; Błonnik: 24.06 g; W tym cukry: 73.49 g; WW: 37.52 Por; Potas: 3808.23 mg; Wapń: 412.16 mg; Fosfor: 854.42 mg; Żelazo: 9.41 mg; Magnez: 304.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka grahamka 1szt (<i>GLU</i>), Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem 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 razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Sałatka z brokuła i pomidora z olejem 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2042.78 kcal; Białko ogółem: 90.08 g; Tłuszcz ogółem: 60.40 g; Węglowodany ogółem: 270.06 g; Kw. tł. nasycone: 22.40 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1857.98 mg; Błonnik: 38.50 g; W tym cukry: 57.39 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3779.89 mg; Wapń: 753.63 mg; Fosfor: 1275.60 mg; Żelazo: 11.33 mg; Magnez: 321.03 mg;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>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</i> , <i>SOJ</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem 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 , Sałatka z brokuła i pomidora z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1977.95 kcal; Białko ogółem: 80.88 g; Tłuszcz ogółem: 40.86 g; Węglowodany ogółem: 280.06 g; Kw. tł. nasycone: 12.72 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1020.30 mg; Błonnik: 19.13 g; W tym cukry: 44.14 g; WW: 28.20 Por; Potas: 2659.18 mg; Wapń: 392.11 mg; Fosfor: 713.78 mg; Żelazo: 6.58 mg; Magnez: 183.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw 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>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Śliwki 2szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1780.57 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz ogółem: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 247.50 g; Kw. tł. nasycone: 15.53 g; Sól: 6.97 g; Sód: 2442.61 mg; Błonnik: 31.72 g; W tym cukry: 50.60 g; WW: 24.81 Por; Potas: 3654.81 mg; Wapń: 1025.85 mg; Fosfor: 1477.71 mg; Żelazo: 10.12 mg; Magnez: 365.64 mg;

sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <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>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1881.52 kcal; Białko ogółem: 85.28 g; Tłuszcz ogółem: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 284.98 g; Kw. tł. nasycone: 10.01 g; Sól: 3.58 g; Sód: 1048.34 mg; Błonnik: 16.84 g; W tym cukry: 47.50 g; WW: 28.76 Por; Potas: 3699.70 mg; Wapń: 409.55 mg; Fosfor: 975.16 mg; Żelazo: 8.53 mg; Magnez: 225.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-19 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>), Serek kanapkowy 20g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,
II Śniadanie: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), 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: 1873.67 kcal; Białko ogółem: 93.25 g; Tłuszcz ogółem: 41.03 g; Węglowodany ogółem: 245.95 g; Kw. tł. nasycone: 14.93 g; Sól: 5.93 g; Sód: 1329.27 mg; Błonnik: 35.82 g; W tym cukry: 43.06 g; WW: 24.70 Por; Potas: 3664.78 mg; Wapń: 720.36 mg; Fosfor: 1392.35 mg; Żelazo: 11.64 mg; Magnez: 329.93 mg;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, 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>), Pasta warzywna 50g , 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: 1910.92 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 28.40 g; Węglowodany ogółem: 289.14 g; Kw. tł. nasycone: 11.26 g; Sól: 7.47 g; Sód: 1784.88 mg; Błonnik: 23.10 g; W tym cukry: 42.88 g; WW: 29.15 Por; Potas: 3236.42 mg; Wapń: 517.54 mg; Fosfor: 1046.35 mg; Żelazo: 9.01 mg; Magnez: 264.25 mg;