

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Bułka grahamka 1szt (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Mus z jabłka 150g (<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>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Sałatka ryżowa z brokułem i kukurydzą z olejem 200g ,
II Śniadanie: Śliwki 2szt , 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: 2261.95 kcal; Białko ogółem: 86.05 g; Tłuszcz ogółem: 50.40 g; Węglowodany ogółem: 348.72 g; Kw. tł. nasycone: 13.25 g; Sól: 6.35 g; Sód: 1872.64 mg; Błonnik: 41.92 g; W tym cukry: 44.38 g; WW: 35.04 Por; Potas: 3182.91 mg; Wapń: 781.31 mg; Fosfor: 1608.04 mg; Żelazo: 11.98 mg; Magnez: 429.42 mg;

poniedziałek 2025-12-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 50g (<i>GLU</i>), Bułka kajzerka 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Mus z jabłka 150g (<i>S02</i>), 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>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Melon żółty 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2267.03 kcal; Białko ogółem: 80.14 g; Tłuszcz ogółem: 37.15 g; Węglowodany ogółem: 363.48 g; Kw. tł. nasycone: 13.10 g; Sól: 6.08 g; Sód: 1543.62 mg; Błonnik: 19.89 g; W tym cukry: 81.28 g; WW: 36.57 Por; Potas: 2868.76 mg; Wapń: 655.03 mg; Fosfor: 981.70 mg; Żelazo: 6.29 mg; Magnez: 260.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-12-16Jadłospis 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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny wieprzowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.69 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz ogółem: 44.92 g; Węglowodany ogółem: 286.14 g; Kw. tł. nasycone: 13.03 g; Sól: 6.09 g; Sód: 1416.92 mg; Błonnik: 38.66 g; W tym cukry: 66.55 g; WW: 28.70 Por; Potas: 4722.14 mg; Wapń: 583.33 mg; Fosfor: 1375.48 mg; Żelazo: 14.67 mg; Magnez: 365.57 mg;

wtorek 2025-12-16Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Cykoria 10g , Banan 1szt ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny wieprzowy b/papryki (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Baton kakaowy 1 szt 1szt (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2464.69 kcal; Białko ogółem: 103.02 g; Tłuszcz ogółem: 44.92 g; Węglowodany ogółem: 358.43 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 6.80 g; Sód: 1823.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 83.07 g; WW: 36.29 Por; Potas: 4082.48 mg; Wapń: 241.21 mg; Fosfor: 840.16 mg; Żelazo: 10.43 mg; Magnez: 302.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-12-17 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>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 90g , Rukola 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszanej kapusty z kielbasą 300g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.85 kcal; Białko ogółem: 94.64 g; Tłuszcz ogółem: 72.14 g; Węglowodany ogółem: 255.58 g; Kw. tł. nasycone: 25.77 g; Sól: 7.46 g; Sód: 2570.13 mg; Błonnik: 36.92 g; W tym cukry: 53.55 g; WW: 25.59 Por; Potas: 2866.34 mg; Wapń: 829.58 mg; Fosfor: 1249.05 mg; Żelazo: 10.82 mg; Magnez: 293.89 mg;

środa 2025-12-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g , Mus owocowy 100g 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza gryczana 200g , Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 20g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2363.39 kcal; Białko ogółem: 86.63 g; Tłuszcz ogółem: 69.74 g; Węglowodany ogółem: 313.97 g; Kw. tł. nasycone: 26.06 g; Sól: 5.49 g; Sód: 1293.38 mg; Błonnik: 22.67 g; W tym cukry: 57.73 g; WW: 31.54 Por; Potas: 2943.87 mg; Wapń: 536.99 mg; Fosfor: 1156.62 mg; Żelazo: 9.59 mg; Magnez: 324.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-18 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Rolada z kurczaka z warzywami (włoszczyzna) 100g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka drobiowa śniadaniowa 20g (<i>SOJ, MLE, GOR</i>), Sok warzywny 300ml 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.58 kcal; Białko ogółem: 79.41 g; Tłuszcz ogółem: 44.20 g; Węglowodany ogółem: 290.75 g; Kw. tł. nasycone: 8.98 g; Sól: 7.56 g; Sód: 2170.38 mg; Błonnik: 40.61 g; W tym cukry: 39.29 g; WW: 29.16 Por; Potas: 3410.40 mg; Wapń: 355.16 mg; Fosfor: 1321.62 mg; Żelazo: 13.08 mg; Magnez: 435.48 mg;

czwartek 2025-12-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Rolada z kurczaka z warzywami (włoszczyzna) 100g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU, MLE</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.05 kcal; Białko ogółem: 80.75 g; Tłuszcz ogółem: 46.94 g; Węglowodany ogółem: 334.71 g; Kw. tł. nasycone: 13.29 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1128.26 mg; Błonnik: 21.00 g; W tym cukry: 80.50 g; WW: 33.77 Por; Potas: 3589.44 mg; Wapń: 550.74 mg; Fosfor: 1117.28 mg; Żelazo: 9.67 mg; Magnez: 278.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-12-19 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kapusty pekińskiej i ogórka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 50g , Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1901.68 kcal; Białko ogółem: 89.76 g; Tłuszcz ogółem: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 268.30 g; Kw. tł. nasycone: 11.69 g; Sól: 5.46 g; Sód: 1397.36 mg; Błonnik: 37.13 g; W tym cukry: 53.73 g; WW: 26.93 Por; Potas: 3919.74 mg; Wapń: 533.87 mg; Fosfor: 1167.69 mg; Żelazo: 11.72 mg; Magnez: 330.47 mg;

piątek 2025-12-19 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szyńka delikatesowa drobiowa 20g , Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2074.46 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz ogółem: 40.27 g; Węglowodany ogółem: 309.63 g; Kw. tł. nasycone: 13.18 g; Sól: 4.72 g; Sód: 994.00 mg; Błonnik: 20.29 g; W tym cukry: 53.80 g; WW: 31.24 Por; Potas: 3653.85 mg; Wapń: 403.40 mg; Fosfor: 770.68 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 208.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-12-20 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>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ser topiony 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 90g , Cykoria 10g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salátka 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Marchew w słupkach 50g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2201.33 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz ogółem: 69.86 g; Węglowodany ogółem: 264.78 g; Kw. tł. nasycone: 25.20 g; Sól: 9.01 g; Sód: 2972.40 mg; Błonnik: 32.24 g; W tym cukry: 38.50 g; WW: 26.70 Por; Potas: 4239.10 mg; Wapń: 1031.67 mg; Fosfor: 1560.12 mg; Żelazo: 14.53 mg; Magnez: 415.19 mg;

sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt, Banan 1szt , Rukola 10g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , 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 40g (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2276.84 kcal; Białko ogółem: 80.21 g; Tłuszcz ogółem: 47.30 g; Węglowodany ogółem: 334.23 g; Kw. tł. nasycone: 13.14 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1152.20 mg; Błonnik: 22.15 g; W tym cukry: 80.11 g; WW: 33.81 Por; Potas: 4200.99 mg; Wapń: 499.65 mg; Fosfor: 955.65 mg; Żelazo: 10.70 mg; Magnez: 290.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-12-21 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1719.37 kcal; Białko ogółem: 76.33 g; Tłuszcz ogółem: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 259.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.07 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1389.02 mg; Błonnik: 36.37 g; W tym cukry: 55.63 g; WW: 25.99 Por; Potas: 3785.55 mg; Wapń: 671.01 mg; Fosfor: 1316.58 mg; Żelazo: 10.91 mg; Magnez: 307.58 mg;

niedziela 2025-12-21 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Udko duszone z jabłkiem duszonym 100g , Kluski śląskie z olejem 200g (<i>JAJ</i>), Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z koperkiem 60g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.90 kcal; Białko ogółem: 71.01 g; Tłuszcz ogółem: 44.37 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; Kw. tł. nasycone: 18.23 g; Sól: 3.64 g; Sód: 1131.75 mg; Błonnik: 18.98 g; W tym cukry: 57.09 g; WW: 32.43 Por; Potas: 2938.90 mg; Wapń: 520.80 mg; Fosfor: 987.17 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 209.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-22Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem zabelana (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 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>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1955.87 kcal; Białko ogółem: 91.28 g; Tłuszcz ogółem: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 291.11 g; Kw. tł. nasycone: 12.91 g; Sól: 6.81 g; Sód: 2033.76 mg; Błonnik: 35.98 g; W tym cukry: 63.03 g; WW: 29.19 Por; Potas: 3436.82 mg; Wapń: 753.30 mg; Fosfor: 1483.75 mg; Żelazo: 11.53 mg; Magnez: 363.81 mg;

poniedziałek 2025-12-22Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem zabelana (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta warzywna 50g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kocktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2016.35 kcal; Białko ogółem: 88.54 g; Tłuszcz ogółem: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 317.89 g; Kw. tł. nasycone: 10.97 g; Sól: 8.34 g; Sód: 1803.45 mg; Błonnik: 24.18 g; W tym cukry: 60.85 g; WW: 32.08 Por; Potas: 3040.57 mg; Wapń: 537.88 mg; Fosfor: 980.09 mg; Żelazo: 9.07 mg; Magnez: 248.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Szyńka delikatesowa drobiowa 20g , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa kapuśniak z mieszanej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i> , <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>), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 30g (<i>MLE</i>), Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1972.64 kcal; Białko ogółem: 90.21 g; Tłuszcz ogółem: 50.96 g; Węglowodany ogółem: 257.10 g; Kw. tł. nasycone: 14.77 g; Sól: 7.81 g; Sód: 2376.32 mg; Błonnik: 37.58 g; W tym cukry: 51.47 g; WW: 25.76 Por; Potas: 3714.41 mg; Wapń: 880.45 mg; Fosfor: 1553.31 mg; Żelazo: 12.44 mg; Magnez: 346.02 mg;

wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szyńka złocista 60g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 90g , Cykoria 10g , Biszkopty 30g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2370.65 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz ogółem: 49.99 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; Kw. tł. nasycone: 12.30 g; Sól: 3.58 g; Sód: 1126.25 mg; Błonnik: 22.35 g; W tym cukry: 76.32 g; WW: 34.08 Por; Potas: 3763.80 mg; Wapń: 494.51 mg; Fosfor: 1103.30 mg; Żelazo: 9.23 mg; Magnez: 285.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-12-24 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot z suszu 250ml (<i>S02</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ryba po grecku 150g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>RYB</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Mandarynka 1szt , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2242.05 kcal; Białko ogółem: 107.88 g; Tłuszcz ogółem: 65.42 g; Węglowodany ogółem: 270.72 g; Kw. tł. nasycone: 25.99 g; Sól: 5.29 g; Sód: 1975.44 mg; Błonnik: 31.57 g; W tym cukry: 58.80 g; WW: 27.20 Por; Potas: 4485.04 mg; Wapń: 1045.48 mg; Fosfor: 1790.88 mg; Żelazo: 11.33 mg; Magnez: 391.96 mg;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pierogi ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot z suszu 250ml (<i>S02</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ryba po grecku 150g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>RYB</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Paluch drożdżowy pieczony 1szt (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mandarynka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2547.68 kcal; Białko ogółem: 95.07 g; Tłuszcz ogółem: 75.40 g; Węglowodany ogółem: 413.58 g; Kw. tł. nasycone: 32.51 g; Sól: 8.24 g; Sód: 1980.07 mg; Błonnik: 20.14 g; W tym cukry: 46.92 g; WW: 41.45 Por; Potas: 2505.01 mg; Wapń: 454.51 mg; Fosfor: 874.16 mg; Żelazo: 7.68 mg; Magnez: 240.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ , MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasztet z żurawiną 50g (GLU , JAJ , MLE , GOR), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU , JAJ , SEL), Ziemniaki 200g , Schab pieczony ze śliwką 100g , Surówka Coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU , SOJ), Sałatka jarzynowa 100g (JAJ , SEL , GOR),
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (MLE), Gorka czekolada 30g (SOJ),	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2379.31 kcal; Białko ogółem: 106.30 g; Tłuszcz ogółem: 74.46 g; Węglowodany ogółem: 282.39 g; Kw. tł. nasycone: 26.88 g; Sól: 10.31 g; Sód: 2526.47 mg; Błonnik: 30.62 g; W tym cukry: 55.22 g; WW: 28.38 Por; Potas: 3568.27 mg; Wapń: 1027.26 mg; Fosfor: 1539.48 mg; Żelazo: 11.52 mg; Magnez: 432.32 mg;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ , MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Banan 1szt , Rukola 10g , Babka 50g (GLU , JAJ , MLE),	Rosół z makaronem 300ml (GLU , JAJ , SEL), Ziemniaki 200g , Schab pieczony ze śliwką 100g , Sos pieczeniowy 70ml (GLU), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Sałatka jarzynowa 100g (JAJ , SEL , GOR),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2686.35 kcal; Białko ogółem: 92.01 g; Tłuszcz ogółem: 69.53 g; Węglowodany ogółem: 387.33 g; Kw. tł. nasycone: 27.87 g; Sól: 6.02 g; Sód: 1397.84 mg; Błonnik: 20.99 g; W tym cukry: 116.47 g; WW: 39.05 Por; Potas: 3775.98 mg; Wapń: 529.42 mg; Fosfor: 993.18 mg; Żelazo: 9.70 mg; Magnez: 285.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-12-26 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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z koperkiem 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Mandarynka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 10g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1757.45 kcal; Białko ogółem: 79.01 g; Tłuszcz ogółem: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 249.93 g; Kw. tł. nasycone: 10.86 g; Sól: 5.96 g; Sód: 1601.04 mg; Błonnik: 35.38 g; W tym cukry: 45.04 g; WW: 25.04 Por; Potas: 3537.35 mg; Wapń: 544.15 mg; Fosfor: 1312.42 mg; Żelazo: 11.88 mg; Magnez: 334.84 mg;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 50g (<i>GLU</i>), Bułka kajzerka 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Salata masłowa 10g , Jabłecznik 50g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Udko duszone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z koperkiem 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Cykoria 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2165.61 kcal; Białko ogółem: 74.22 g; Tłuszcz ogółem: 39.85 g; Węglowodany ogółem: 345.23 g; Kw. tł. nasycone: 12.72 g; Sól: 3.49 g; Sód: 877.26 mg; Błonnik: 23.06 g; W tym cukry: 57.44 g; WW: 34.77 Por; Potas: 3720.99 mg; Wapń: 381.29 mg; Fosfor: 945.73 mg; Żelazo: 8.81 mg; Magnez: 235.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 50g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z brązowym ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki z koperkiem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1838.55 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz ogółem: 38.84 g; Węglowodany ogółem: 246.91 g; Kw. tł. nasycone: 14.99 g; Sól: 6.93 g; Sód: 1591.72 mg; Błonnik: 37.19 g; W tym cukry: 56.49 g; WW: 24.72 Por; Potas: 3480.13 mg; Wapń: 819.41 mg; Fosfor: 1471.08 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 362.00 mg;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Naleśniki z serem na słodko 2 szt 300g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Mus z jabłka 150g (<i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2398.84 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz ogółem: 57.45 g; Węglowodany ogółem: 342.15 g; Kw. tł. nasycone: 28.45 g; Sól: 6.29 g; Sód: 1742.80 mg; Błonnik: 16.90 g; W tym cukry: 95.85 g; WW: 34.44 Por; Potas: 2571.99 mg; Wapń: 745.10 mg; Fosfor: 923.05 mg; Żelazo: 6.42 mg; Magnez: 249.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ</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 30g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pomidorowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), 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>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Sok warzywny 300ml 1szt ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2145.35 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz ogółem: 58.78 g; Węglowodany ogółem: 266.96 g; Kw. tł. nasycone: 17.90 g; Sól: 7.76 g; Sód: 2347.90 mg; Błonnik: 40.87 g; W tym cukry: 60.67 g; WW: 26.92 Por; Potas: 4451.99 mg; Wapń: 572.43 mg; Fosfor: 1359.61 mg; Żelazo: 12.69 mg; Magnez: 425.42 mg;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 10g , Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Mus owocowy 100g 1szt , 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>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 15g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2279.53 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz ogółem: 44.52 g; Węglowodany ogółem: 339.21 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 4.98 g; Sód: 1036.04 mg; Błonnik: 19.16 g; W tym cukry: 89.67 g; WW: 34.31 Por; Potas: 4186.81 mg; Wapń: 499.48 mg; Fosfor: 953.31 mg; Żelazo: 8.90 mg; Magnez: 287.87 mg;