

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-26 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka kajzerka 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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>), Kurczak gotowany - wędlina 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml , Koktajl warzywny 200ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2156.47 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 44.33 g; Węglowodany ogółem: 328.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.97 g; Sól: 4.32 g; Sód: 835.30 mg; Błonnik: 31.10 g; W tym cukry: 75.93 g; WW: 32.90 Por; Potas: 2711.29 mg; Wapń: 623.74 mg; Fosfor: 914.08 mg; Żelazo: 7.48 mg; Magnez: 199.95 mg;

poniedziałek 2026-01-26 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 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron pełnoziarnisty z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (<i>GLU, MLE, MCK</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna 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>), Ogórek świeży 100g , Kurczak gotowany - wędlina 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>),
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Koktajl warzywny 200ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2003.21 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz ogółem: 46.35 g; Węglowodany ogółem: 284.58 g; Kw. tł. nasycone: 9.90 g; Sól: 6.09 g; Sód: 1322.10 mg; Błonnik: 36.50 g; W tym cukry: 56.40 g; WW: 28.46 Por; Potas: 2972.39 mg; Wapń: 625.04 mg; Fosfor: 1162.08 mg; Żelazo: 10.28 mg; Magnez: 281.45 mg;

poniedziałek 2026-01-26 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 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2320.06 kcal; Białko ogółem: 79.63 g; Tłuszcz ogółem: 50.53 g; Węglowodany ogółem: 352.12 g; Kw. tł. nasycone: 12.59 g; Sól: 7.50 g; Sód: 1783.85 mg; Błonnik: 23.98 g; W tym cukry: 89.70 g; WW: 35.52 Por; Potas: 3144.38 mg; Wapń: 662.47 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 6.69 mg; Magnez: 272.84 mg;

poniedziałek 2026-01-26 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany - wędlina 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2222.15 kcal; Białko ogółem: 80.65 g; Tłuszcz ogółem: 51.08 g; Węglowodany ogółem: 342.16 g; Kw. tł. nasycone: 10.85 g; Sól: 7.22 g; Sód: 1783.93 mg; Błonnik: 23.99 g; W tym cukry: 89.64 g; WW: 34.50 Por; Potas: 3145.77 mg; Wapń: 662.86 mg; Fosfor: 893.51 mg; Żelazo: 6.70 mg; Magnez: 272.98 mg;

poniedziałek 2026-01-26 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron z brokulem i serem białym 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2052.02 kcal; Białko ogółem: 50.31 g; Tłuszcz ogółem: 48.97 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; Kw. tł. nasycone: 12.33 g; Sól: 3.81 g; Sód: 1011.32 mg; Błonnik: 26.46 g; W tym cukry: 85.14 g; WW: 31.61 Por; Potas: 2808.47 mg; Wapń: 594.10 mg; Fosfor: 670.91 mg; Żelazo: 4.27 mg; Magnez: 229.31 mg;

poniedziałek 2026-01-26 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (<i>GLU, MLE</i>),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g. budyniu z musem 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 0.95 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-01-26 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 kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml ,	Marchewka gotowana na parze 100g , Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pasta z jajka z zieleniną 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2457.67 kcal; Białko ogółem: 92.58 g; Tłuszcz ogółem: 63.83 g; Węglowodany ogółem: 343.79 g; Kw. tł. nasycone: 17.45 g; Sól: 8.41 g; Sód: 2150.40 mg; Błonnik: 24.00 g; W tym cukry: 89.72 g; WW: 34.65 Por; Potas: 3181.02 mg; Wapń: 992.50 mg; Fosfor: 1104.20 mg; Żelazo: 6.99 mg; Magnez: 285.77 mg;

poniedziałek 2026-01-26 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 50g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron b/glutenu z brokulem i ser białym 400g (<i>MLE</i>), Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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>), Marchewka gotowana na parze 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2030.41 kcal; Białko ogółem: 72.39 g; Tłuszcz ogółem: 45.93 g; Węglowodany ogółem: 292.00 g; Kw. tł. nasycone: 10.63 g; Sól: 5.65 g; Sód: 1359.92 mg; Błonnik: 15.48 g; W tym cukry: 43.67 g; WW: 29.36 Por; Potas: 1906.27 mg; Wapń: 555.21 mg; Fosfor: 788.06 mg; Żelazo: 5.03 mg; Magnez: 162.20 mg;

poniedziałek 2026-01-26 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron b/glutenu z brokulem i ser białym 400g (<i>MLE</i>), Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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>), Połędwica miódowa drobiowa 20g , Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.77 kcal; Białko ogółem: 49.83 g; Tłuszcz ogółem: 47.09 g; Węglowodany ogółem: 319.26 g; Kw. tł. nasycone: 9.68 g; Sól: 4.44 g; Sód: 924.46 mg; Błonnik: 24.32 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 32.16 Por; Potas: 2591.41 mg; Wapń: 338.56 mg; Fosfor: 532.56 mg; Żelazo: 4.36 mg; Magnez: 209.07 mg;

poniedziałek 2026-01-26 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt, Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z jajka z zieleniną 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Szynka delikatkowa drobiowa 20g , Ogórek świeży 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1746.67 kcal; Białko ogółem: 68.76 g; Tłuszcz ogółem: 49.14 g; Węglowodany ogółem: 274.13 g; Kw. tł. nasycone: 10.05 g; Sól: 4.81 g; Sód: 1010.45 mg; Błonnik: 32.67 g; W tym cukry: 53.30 g; WW: 27.45 Por; Potas: 2875.41 mg; Wapń: 217.27 mg; Fosfor: 798.37 mg; Żelazo: 8.79 mg; Magnez: 227.65 mg;

poniedziałek 2026-01-26 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka kajzerka 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2420.81 kcal; Białko ogółem: 87.28 g; Tłuszcz ogółem: 59.19 g; Węglowodany ogółem: 352.05 g; Kw. tł. nasycone: 21.11 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1449.11 mg; Błonnik: 35.31 g; W tym cukry: 93.31 g; WW: 35.38 Por; Potas: 3506.68 mg; Wapń: 1180.02 mg; Fosfor: 1274.73 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 289.19 mg;

poniedziałek 2026-01-26 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron z brokulem i serem białym b/soli 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2299.15 kcal; Białko ogółem: 78.30 g; Tłuszcz ogółem: 49.00 g; Węglowodany ogółem: 351.79 g; Kw. tł. nasycone: 12.59 g; Sól: 7.17 g; Sód: 1783.85 mg; Błonnik: 23.98 g; W tym cukry: 89.64 g; WW: 35.49 Por; Potas: 3144.38 mg; Wapń: 662.47 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 6.69 mg; Magnez: 272.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-27 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek kanapkowy 40g (MLE), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki z pietruszką 200g, Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 150g (MLE), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Mus owocowy 100g 1szt ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt, Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (GLU, SOJ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2536.13 kcal; Białko ogółem: 83.25 g; Tłuszcz ogółem: 56.44 g; Węglowodany ogółem: 305.32 g; Kw. tł. nasycone: 36.58 g; Sól: 5.51 g; Sód: 1701.39 mg; Błonnik: 34.54 g; W tym cukry: 74.70 g; WW: 30.63 Por; Potas: 4132.14 mg; Wapń: 519.88 mg; Fosfor: 1365.84 mg; Żelazo: 12.73 mg; Magnez: 340.23 mg;

wtorek 2026-01-27 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek kanapkowy 40g (MLE), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki z pietruszką 200g, Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 150g (MLE), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml, Kefir 150g 1szt (MLE),	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml, Chleb graham 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.78 kcal; Białko ogółem: 89.28 g; Tłuszcz ogółem: 56.24 g; Węglowodany ogółem: 258.40 g; Kw. tł. nasycone: 36.48 g; Sól: 5.75 g; Sód: 1834.74 mg; Błonnik: 34.67 g; W tym cukry: 56.34 g; WW: 25.95 Por; Potas: 4406.34 mg; Wapń: 753.93 mg; Fosfor: 1547.74 mg; Żelazo: 12.91 mg; Magnez: 366.13 mg;

wtorek 2026-01-27 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Szynka delikatna z fileta 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałata masłowa 20g, Arbuz 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki z pietruszką 200g, Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 150g (MLE), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g, Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2421.27 kcal; Białko ogółem: 82.27 g; Tłuszcz ogółem: 53.49 g; Węglowodany ogółem: 292.20 g; Kw. tł. nasycone: 38.21 g; Sól: 4.54 g; Sód: 1534.15 mg; Błonnik: 19.23 g; W tym cukry: 53.72 g; WW: 29.39 Por; Potas: 3755.92 mg; Wapń: 466.70 mg; Fosfor: 1183.10 mg; Żelazo: 10.38 mg; Magnez: 267.53 mg;

wtorek 2026-01-27 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałata masłowa 20g, Arbuz 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki z pietruszką 200g, Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 150g (MLE), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g, Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2316.87 kcal; Białko ogółem: 83.31 g; Tłuszcz ogółem: 53.17 g; Węglowodany ogółem: 282.41 g; Kw. tł. nasycone: 36.06 g; Sól: 4.53 g; Sód: 1534.15 mg; Błonnik: 19.23 g; W tym cukry: 53.72 g; WW: 28.39 Por; Potas: 3755.92 mg; Wapń: 466.70 mg; Fosfor: 1183.10 mg; Żelazo: 10.38 mg; Magnez: 267.53 mg;

wtorek 2026-01-27 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek kanapkowy 50g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki z pietruszką 200g, Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 100g (MLE), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1979.47 kcal; Białko ogółem: 46.18 g; Tłuszcz ogółem: 49.45 g; Węglowodany ogółem: 228.19 g; Kw. tł. nasycone: 30.76 g; Sól: 2.18 g; Sód: 630.39 mg; Błonnik: 21.19 g; W tym cukry: 38.32 g; WW: 22.98 Por; Potas: 3026.75 mg; Wapń: 230.86 mg; Fosfor: 644.24 mg; Żelazo: 7.09 mg; Magnez: 164.35 mg;

wtorek 2026-01-27 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
Herbata czarna b/c 250ml, Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (JAJ, MLE, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g. budyniu z musem 200ml (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 0.95 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

wtorek 2026-01-27 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna 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>), Serek kanapkowy 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 czarna 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>), Sałata masłowa 20g , Arbuz 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2461.82 kcal; Białko ogółem: 88.23 g; Tłuszcz ogółem: 53.78 g; Węglowodany ogółem: 288.93 g; Kw. tł. nasycone: 38.08 g; Sól: 6.38 g; Sód: 1537.59 mg; Błonnik: 19.76 g; W tym cukry: 56.89 g; WW: 29.07 Por; Potas: 3719.15 mg; Wapń: 474.06 mg; Fosfor: 1084.74 mg; Żelazo: 10.85 mg; Magnez: 260.65 mg;

wtorek 2026-01-27 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna 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>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane 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 czarna 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 20g , Arbuz 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.38 kcal; Białko ogółem: 72.93 g; Tłuszcz ogółem: 41.40 g; Węglowodany ogółem: 275.31 g; Kw. tł. nasycone: 34.23 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1461.92 mg; Błonnik: 17.08 g; W tym cukry: 48.85 g; WW: 27.68 Por; Potas: 3186.50 mg; Wapń: 435.15 mg; Fosfor: 1037.46 mg; Żelazo: 9.31 mg; Magnez: 241.05 mg;

wtorek 2026-01-27 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata czarna 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>), Serek kanapkowy 50g (<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 czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Arbuz 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2329.77 kcal; Białko ogółem: 59.33 g; Tłuszcz ogółem: 56.81 g; Węglowodany ogółem: 271.35 g; Kw. tł. nasycone: 37.44 g; Sól: 2.52 g; Sód: 767.21 mg; Błonnik: 21.29 g; W tym cukry: 52.71 g; WW: 27.21 Por; Potas: 2966.75 mg; Wapń: 407.14 mg; Fosfor: 761.49 mg; Żelazo: 7.02 mg; Magnez: 163.26 mg;

wtorek 2026-01-27 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatna drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/ml 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatna drobiowa 50g , Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1833.91 kcal; Białko ogółem: 78.08 g; Tłuszcz ogółem: 50.96 g; Węglowodany ogółem: 285.78 g; Kw. tł. nasycone: 11.11 g; Sól: 5.65 g; Sód: 1076.38 mg; Błonnik: 31.57 g; W tym cukry: 94.24 g; WW: 28.80 Por; Potas: 4347.28 mg; Wapń: 230.10 mg; Fosfor: 900.42 mg; Żelazo: 11.48 mg; Magnez: 324.67 mg;

wtorek 2026-01-27 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna 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>), 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 czarna 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 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2311.70 kcal; Białko ogółem: 59.40 g; Tłuszcz ogółem: 53.40 g; Węglowodany ogółem: 282.53 g; Kw. tł. nasycone: 38.60 g; Sól: 4.75 g; Sód: 1771.35 mg; Błonnik: 32.76 g; W tym cukry: 51.65 g; WW: 28.39 Por; Potas: 3611.16 mg; Wapń: 653.34 mg; Fosfor: 1154.91 mg; Żelazo: 12.38 mg; Magnez: 307.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-27		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Buraczki gotowane 100g,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką b/soli 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu i b/soli 100g (<i>MLE</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem b/soli 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 20g , Arbuz 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2457.78 kcal; Białko ogółem: 79.69 g; Tłuszcz ogółem: 52.04 g; Węglowodany ogółem: 300.56 g; Kw. tł. nasycone: 39.20 g; Sól: 5.22 g; Sód: 1580.03 mg; Błonnik: 20.52 g; W tym cukry: 60.05 g; WW: 30.31 Por; Potas: 3728.75 mg; Wapń: 504.29 mg; Fosfor: 1076.55 mg; Żelazo: 11.95 mg; Magnez: 268.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-28 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 50g (RYB, SEL), Dżem szt - 25g 1szt , Papryka świeża 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z soczewicy 40g , Szynka złocista 20g (SOJ, MLE, SEL), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml , Biskopity 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.39 kcal; Białko ogółem: 75.13 g; Tłuszcz ogółem: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 324.60 g; Kw. tł. nasycone: 9.79 g; Sól: 5.54 g; Sód: 1944.30 mg; Błonnik: 36.81 g; W tym cukry: 79.35 g; WW: 32.60 Por; Potas: 3521.91 mg; Wapń: 642.97 mg; Fosfor: 1189.64 mg; Żelazo: 9.75 mg; Magnez: 334.16 mg;

środa 2026-01-28 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), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Papryka świeża 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU, MCK), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z soczewicy 40g , Szynka złocista 20g (SOJ, MLE, SEL), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 20g (MLE), Marchew w słupkach 100g ,	Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2102.58 kcal; Białko ogółem: 90.60 g; Tłuszcz ogółem: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 315.16 g; Kw. tł. nasycone: 13.60 g; Sól: 6.35 g; Sód: 2353.23 mg; Błonnik: 43.63 g; W tym cukry: 70.20 g; WW: 31.72 Por; Potas: 3963.73 mg; Wapń: 880.25 mg; Fosfor: 1441.40 mg; Żelazo: 11.91 mg; Magnez: 403.53 mg;

środa 2026-01-28 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Banan 1szt , Salata masłowa 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Biskopity 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),

Wartości odżywcze: Kcal: 2244.63 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz ogółem: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 357.04 g; Kw. tł. nasycone: 9.91 g; Sól: 3.18 g; Sód: 1079.09 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 79.61 g; WW: 36.05 Por; Potas: 3645.32 mg; Wapń: 439.65 mg; Fosfor: 903.60 mg; Żelazo: 7.98 mg; Magnez: 265.62 mg;

środa 2026-01-28 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Salata masłowa 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Biskopity 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),

Wartości odżywcze: Kcal: 2117.45 kcal; Białko ogółem: 79.78 g; Tłuszcz ogółem: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 343.34 g; Kw. tł. nasycone: 7.72 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1075.21 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 79.13 g; WW: 34.66 Por; Potas: 3604.74 mg; Wapń: 436.13 mg; Fosfor: 894.20 mg; Żelazo: 7.87 mg; Magnez: 263.13 mg;

środa 2026-01-28 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Salata masłowa 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1911.07 kcal; Białko ogółem: 50.42 g; Tłuszcz ogółem: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 324.15 g; Kw. tł. nasycone: 5.84 g; Sól: 1.01 g; Sód: 283.32 mg; Błonnik: 27.90 g; W tym cukry: 65.68 g; WW: 32.70 Por; Potas: 2955.86 mg; Wapń: 162.08 mg; Fosfor: 522.25 mg; Żelazo: 5.32 mg; Magnez: 193.37 mg;

środa 2026-01-28 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (JAJ, MLE, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g.budyniu z musem 200ml (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 0.95 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

środa 2026-01-28 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
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>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 70g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Salata masłowa 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 czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Szynka z indykiem 60g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g (<i>SEL</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl owocowy na maślanie (truskawka) 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2329.22 kcal; Białko ogółem: 94.27 g; Tłuszcz ogółem: 35.44 g; Węglowodany ogółem: 368.72 g; Kw. tł. nasycone: 11.53 g; Sól: 5.85 g; Sód: 1155.86 mg; Błonnik: 25.74 g; W tym cukry: 91.12 g; WW: 37.18 Por; Potas: 3763.21 mg; Wapń: 521.93 mg; Fosfor: 978.28 mg; Żelazo: 8.64 mg; Magnez: 286.51 mg;

środa 2026-01-28 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
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>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Salata masłowa 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (<i>SEL</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl owocowy na maślanie (truskawka) 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.64 kcal; Białko ogółem: 90.67 g; Tłuszcz ogółem: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 354.38 g; Kw. tł. nasycone: 10.90 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1095.59 mg; Błonnik: 21.01 g; W tym cukry: 85.92 g; WW: 35.70 Por; Potas: 3389.07 mg; Wapń: 486.91 mg; Fosfor: 919.83 mg; Żelazo: 7.62 mg; Magnez: 264.75 mg;

środa 2026-01-28 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Salata masłowa 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron bezglutenowy 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (<i>SEL</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl owocowy na maślanie (truskawka) 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2160.35 kcal; Białko ogółem: 65.79 g; Tłuszcz ogółem: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 353.99 g; Kw. tł. nasycone: 8.94 g; Sól: 1.31 g; Sód: 301.24 mg; Błonnik: 26.14 g; W tym cukry: 74.93 g; WW: 35.68 Por; Potas: 3105.34 mg; Wapń: 214.65 mg; Fosfor: 569.94 mg; Żelazo: 5.81 mg; Magnez: 204.46 mg;

środa 2026-01-28 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Papryka świeża 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z soczewicy 60g , Szynka delikatesowa drobiowa 50g , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,		Posiłek nocny: Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1861.35 kcal; Białko ogółem: 64.95 g; Tłuszcz ogółem: 45.20 g; Węglowodany ogółem: 314.57 g; Kw. tł. nasycone: 11.02 g; Sól: 6.14 g; Sód: 1777.70 mg; Błonnik: 40.23 g; W tym cukry: 69.83 g; WW: 31.58 Por; Potas: 2963.46 mg; Wapń: 196.81 mg; Fosfor: 809.15 mg; Żelazo: 9.24 mg; Magnez: 269.25 mg;

środa 2026-01-28 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, 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) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Salata masłowa 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z fasolą i warzywami wege 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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 60g , Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl owocowy na maślanie (truskawka) 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2099.78 kcal; Białko ogółem: 58.26 g; Tłuszcz ogółem: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 356.87 g; Kw. tł. nasycone: 10.45 g; Sól: 5.47 g; Sód: 1785.77 mg; Błonnik: 40.99 g; W tym cukry: 88.51 g; WW: 35.88 Por; Potas: 3387.99 mg; Wapń: 501.06 mg; Fosfor: 883.20 mg; Żelazo: 8.79 mg; Magnez: 339.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-28		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Banan 1szt, Salata maslowa 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Makaron świderki b/soli 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami b/soli 200g (SEL), Kalafior gotowany na parze b/soli 100g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Koktajl owocowy na maślanec (truskawka) 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2337.67 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz ogółem: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 387.23 g; Kw. tł. nasycone: 12.22 g; Sól: 3.29 g; Sód: 1114.95 mg; Błonnik: 23.62 g; W tym cukry: 89.12 g; WW: 39.00 Por; Potas: 3030.07 mg; Wapń: 485.21 mg; Fosfor: 860.23 mg; Żelazo: 7.65 mg; Magnez: 245.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-29 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna 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 , Ketchup 10g , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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 natką pietruszki 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2411.86 kcal; Białko ogółem: 94.30 g; Tłuszcz ogółem: 65.91 g; Węglowodany ogółem: 306.96 g; Kw. tł. nasycone: 22.69 g; Sól: 8.22 g; Sód: 2951.41 mg; Błonnik: 38.01 g; W tym cukry: 72.54 g; WW: 30.74 Por; Potas: 2831.80 mg; Wapń: 814.86 mg; Fosfor: 1554.05 mg; Żelazo: 11.44 mg; Magnez: 388.46 mg;

czwartek 2026-01-29 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 50g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna 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 natką pietruszki 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2158.84 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz ogółem: 65.52 g; Węglowodany ogółem: 261.24 g; Kw. tł. nasycone: 22.21 g; Sól: 8.30 g; Sód: 3014.56 mg; Błonnik: 37.54 g; W tym cukry: 47.51 g; WW: 26.16 Por; Potas: 2884.57 mg; Wapń: 973.02 mg; Fosfor: 1654.88 mg; Żelazo: 11.21 mg; Magnez: 392.72 mg;

czwartek 2026-01-29 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Surówka z marchwi i selera z olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 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>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2074.34 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz ogółem: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 317.81 g; Kw. tł. nasycone: 11.63 g; Sól: 5.56 g; Sód: 1956.90 mg; Błonnik: 22.62 g; W tym cukry: 52.86 g; WW: 31.93 Por; Potas: 2322.15 mg; Wapń: 475.28 mg; Fosfor: 1148.66 mg; Żelazo: 7.78 mg; Magnez: 244.30 mg;

czwartek 2026-01-29 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Surówka z marchwi i selera z olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1890.44 kcal; Białko ogółem: 85.96 g; Tłuszcz ogółem: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 288.27 g; Kw. tł. nasycone: 9.48 g; Sól: 5.55 g; Sód: 1956.90 mg; Błonnik: 22.62 g; W tym cukry: 52.86 g; WW: 28.93 Por; Potas: 2322.15 mg; Wapń: 475.28 mg; Fosfor: 1148.66 mg; Żelazo: 7.78 mg; Magnez: 244.30 mg;

czwartek 2026-01-29 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g , Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1719.02 kcal; Białko ogółem: 61.57 g; Tłuszcz ogółem: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 238.52 g; Kw. tł. nasycone: 8.96 g; Sól: 2.90 g; Sód: 1056.37 mg; Błonnik: 20.84 g; W tym cukry: 35.25 g; WW: 23.94 Por; Potas: 1594.69 mg; Wapń: 247.51 mg; Fosfor: 738.11 mg; Żelazo: 3.97 mg; Magnez: 137.04 mg;

czwartek 2026-01-29 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (<i>GLU, MLE</i>),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g.budyniu z musem 200ml (<i>MLE</i>),	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1299.35 kcal; Białko ogółem: 62.09 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 177.65 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 0.85 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 17.95 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

czwartek 2026-01-29 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Rukola 10g, Kefir 150g 1szt (MLE), Pomidor b/skóry 90g, Melon żółty 150g,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (SEL), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 80g (SOJ), Pasta twarogowa z natką pietruszki 100g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.37 kcal; Białko ogółem: 116.39 g; Tłuszcz ogółem: 46.70 g; Węglowodany ogółem: 302.06 g; Kw. tł. nasycone: 15.17 g; Sól: 7.17 g; Sód: 1975.84 mg; Błonnik: 19.14 g; W tym cukry: 54.54 g; WW: 30.39 Por; Potas: 2423.97 mg; Wapń: 705.62 mg; Fosfor: 1432.88 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 252.84 mg;

czwartek 2026-01-29 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Rukola 10g, Pomidor b/skóry 90g, Melon żółty 150g,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (SEL), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 50g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1975.65 kcal; Białko ogółem: 87.44 g; Tłuszcz ogółem: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 284.18 g; Kw. tł. nasycone: 10.46 g; Sól: 4.97 g; Sód: 1883.51 mg; Błonnik: 17.79 g; W tym cukry: 43.59 g; WW: 28.53 Por; Potas: 1988.34 mg; Wapń: 443.17 mg; Fosfor: 1126.35 mg; Żelazo: 7.15 mg; Magnez: 222.10 mg;

czwartek 2026-01-29 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna z cukrem 250ml, Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Rukola 10g, Pomidor b/skóry 90g,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (SEL), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 20g, Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1745.65 kcal; Białko ogółem: 62.70 g; Tłuszcz ogółem: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 245.71 g; Kw. tł. nasycone: 8.52 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1045.35 mg; Błonnik: 20.11 g; W tym cukry: 38.37 g; WW: 24.65 Por; Potas: 1789.65 mg; Wapń: 263.29 mg; Fosfor: 768.16 mg; Żelazo: 4.64 mg; Magnez: 151.43 mg;

czwartek 2026-01-29 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Szynka delikatesowa drobiowa 50g, Parówka drobiowa 1 szt 1szt, Ketchup 10g, Ogórek kiszony 100g,	Zupa marchewkowa z zacierką b/ml 300ml (GLU, SEL), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g (SEL), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Pasta z mięsa drobiowego 50g, Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Banan 1szt,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 2080.96 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz ogółem: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 286.09 g; Kw. tł. nasycone: 18.66 g; Sól: 7.80 g; Sód: 2422.21 mg; Błonnik: 34.14 g; W tym cukry: 80.72 g; WW: 28.76 Por; Potas: 3267.47 mg; Wapń: 272.53 mg; Fosfor: 1109.97 mg; Żelazo: 10.25 mg; Magnez: 384.23 mg;

czwartek 2026-01-29 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek kiszony 100g, Melon żółty 150g,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i tofu 300g (SOJ, SEL), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1971.34 kcal; Białko ogółem: 68.57 g; Tłuszcz ogółem: 43.14 g; Węglowodany ogółem: 293.79 g; Kw. tł. nasycone: 11.23 g; Sól: 6.37 g; Sód: 1794.46 mg; Błonnik: 30.16 g; W tym cukry: 47.86 g; WW: 29.48 Por; Potas: 1975.05 mg; Wapń: 438.08 mg; Fosfor: 921.79 mg; Żelazo: 8.26 mg; Magnez: 255.06 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-01-29		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt, Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Rukola 10g, Pomidor b/skóry 90g, Melon żółty 150g,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem b/soli 300g (<i>SEL</i>), Surówka z marchwi i selera z olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g, Polędwica ani drobiowa 20g (<i>S0J</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.44 kcal; Białko ogółem: 85.50 g; Tłuszcz ogółem: 33.59 g; Węglowodany ogółem: 318.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 5.55 g; Sód: 1953.90 mg; Błonnik: 20.78 g; W tym cukry: 44.16 g; WW: 32.00 Por; Potas: 2139.15 mg; Wapń: 442.28 mg; Fosfor: 1125.66 mg; Żelazo: 7.38 mg; Magnez: 232.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z brązowym ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Ogórek świeży 100g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g, Ryba po grecku (miruna) z cytryną i koperkiem 200g (RYB, SEL), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 60g (MLE), Pomidor 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Pomarańcza 1szt,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.42 kcal; Białko ogółem: 76.59 g; Tłuszcz ogółem: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 295.09 g; Kw. tł. nasycone: 19.20 g; Sól: 6.03 g; Sód: 1783.75 mg; Błonnik: 35.42 g; W tym cukry: 73.37 g; WW: 29.50 Por; Potas: 3740.15 mg; Wapń: 534.66 mg; Fosfor: 1064.89 mg; Żelazo: 10.25 mg; Magnez: 314.67 mg;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Ogórek świeży 100g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g, Ryba po grecku (miruna) z cytryną i koperkiem 200g (RYB, SEL), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek wiejski 80g (MLE), Pomidor 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml, Gruszka 1szt,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml, Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.14 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz ogółem: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 261.17 g; Kw. tł. nasycone: 18.63 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1966.75 mg; Błonnik: 34.71 g; W tym cukry: 54.33 g; WW: 26.11 Por; Potas: 3713.05 mg; Wapń: 606.86 mg; Fosfor: 1186.19 mg; Żelazo: 10.79 mg; Magnez: 321.67 mg;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Pomidor b/skóry 70g, Banan 1szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g, Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Serek wiejski 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.03 kcal; Białko ogółem: 71.49 g; Tłuszcz ogółem: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 339.18 g; Kw. tł. nasycone: 18.59 g; Sól: 3.93 g; Sód: 1328.30 mg; Błonnik: 23.06 g; W tym cukry: 90.93 g; WW: 34.21 Por; Potas: 3967.43 mg; Wapń: 429.92 mg; Fosfor: 792.32 mg; Żelazo: 8.31 mg; Magnez: 255.53 mg;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Pomidor b/skóry 70g, Banan 1szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Ziemniaki 200g, Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek wiejski 60g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2024.83 kcal; Białko ogółem: 74.99 g; Tłuszcz ogółem: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 330.06 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 4.11 g; Sód: 1404.30 mg; Błonnik: 23.06 g; W tym cukry: 91.59 g; WW: 33.27 Por; Potas: 3983.43 mg; Wapń: 445.92 mg; Fosfor: 820.32 mg; Żelazo: 8.33 mg; Magnez: 257.13 mg;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Koper 10g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Ziemniaki 200g, Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1704.96 kcal; Białko ogółem: 50.19 g; Tłuszcz ogółem: 29.56 g; Węglowodany ogółem: 243.11 g; Kw. tł. nasycone: 17.84 g; Sól: 1.77 g; Sód: 644.98 mg; Błonnik: 22.06 g; W tym cukry: 41.63 g; WW: 24.41 Por; Potas: 2543.35 mg; Wapń: 235.76 mg; Fosfor: 478.28 mg; Żelazo: 4.81 mg; Magnez: 129.51 mg;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Herbata czarna b/c 250ml, Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (JAJ, MLE, SEL), Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g.budyniu z musem 200ml (MLE),	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1299.35 kcal; Białko ogółem: 62.09 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 177.65 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 0.85 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 17.95 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 80g , Serek kanapkowy 100g (MLE), Koper 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (JAJ), Serek wiejski 80g (MLE), Połędwica ani drobiowa 80g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2490.95 kcal; Białko ogółem: 110.35 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 302.37 g; Kw. tł. nasycone: 38.87 g; Sól: 8.63 g; Sód: 1766.88 mg; Błonnik: 18.95 g; W tym cukry: 60.48 g; WW: 30.38 Por; Potas: 3234.75 mg; Wapń: 636.26 mg; Fosfor: 980.58 mg; Żelazo: 7.67 mg; Magnez: 207.21 mg;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna 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 pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 80g (MLE), Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Buraczki gotowane plastry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1907.61 kcal; Białko ogółem: 76.59 g; Tłuszcz ogółem: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 279.00 g; Kw. tł. nasycone: 17.46 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1453.24 mg; Błonnik: 19.40 g; W tym cukry: 49.33 g; WW: 28.13 Por; Potas: 2965.45 mg; Wapń: 461.83 mg; Fosfor: 796.29 mg; Żelazo: 7.98 mg; Magnez: 192.06 mg;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g , Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 80g (MLE), Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2150.72 kcal; Białko ogółem: 66.28 g; Tłuszcz ogółem: 41.93 g; Węglowodany ogółem: 312.34 g; Kw. tł. nasycone: 18.52 g; Sól: 2.93 g; Sód: 887.88 mg; Błonnik: 25.39 g; W tym cukry: 82.48 g; WW: 31.36 Por; Potas: 3560.85 mg; Wapń: 440.01 mg; Fosfor: 682.33 mg; Żelazo: 6.08 mg; Magnez: 213.41 mg;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szyńka delikatkowa drobiowa 50g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Połędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1719.83 kcal; Białko ogółem: 64.63 g; Tłuszcz ogółem: 57.53 g; Węglowodany ogółem: 253.09 g; Kw. tł. nasycone: 11.70 g; Sól: 5.70 g; Sód: 1216.20 mg; Błonnik: 30.02 g; W tym cukry: 57.92 g; WW: 25.39 Por; Potas: 3011.10 mg; Wapń: 196.56 mg; Fosfor: 624.09 mg; Żelazo: 8.46 mg; Magnez: 214.45 mg;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 80g (MLE), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1880.19 kcal; Białko ogółem: 69.81 g; Tłuszcz ogółem: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 265.99 g; Kw. tł. nasycone: 19.32 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1743.60 mg; Błonnik: 28.02 g; W tym cukry: 50.74 g; WW: 26.67 Por; Potas: 3257.55 mg; Wapń: 478.01 mg; Fosfor: 960.59 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 246.37 mg;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem b/soli 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki b/soli 200g , Ryba po grecku (miruna) b/soli 200g (RYB, SEL), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Serek wiejski 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1939.27 kcal; Białko ogółem: 73.86 g; Tłuszcz ogółem: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 289.93 g; Kw. tł. nasycone: 19.34 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1472.28 mg; Błonnik: 18.95 g; W tym cukry: 51.56 g; WW: 29.19 Por; Potas: 3012.15 mg; Wapń: 448.76 mg; Fosfor: 795.78 mg; Żelazo: 7.40 mg; Magnez: 187.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-31 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>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasztet drobiowy zapiekany 30g, Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet schabowy smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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 ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Babka 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2466.78 kcal; Białko ogółem: 93.39 g; Tłuszcz ogółem: 72.24 g; Węglowodany ogółem: 321.09 g; Kw. tł. nasycone: 19.26 g; Sól: 7.72 g; Sód: 2438.57 mg; Błonnik: 31.24 g; W tym cukry: 97.38 g; WW: 32.19 Por; Potas: 3162.33 mg; Wapń: 866.45 mg; Fosfor: 1115.79 mg; Żelazo: 12.14 mg; Magnez: 295.60 mg;

sobota 2026-01-31 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 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiew biała z koperkiem 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 , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna 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: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy zapiekany 30g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2077.07 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz ogółem: 62.95 g; Węglowodany ogółem: 251.46 g; Kw. tł. nasycone: 19.48 g; Sól: 8.95 g; Sód: 2685.68 mg; Błonnik: 34.95 g; W tym cukry: 43.62 g; WW: 25.27 Por; Potas: 3645.47 mg; Wapń: 1002.62 mg; Fosfor: 1491.45 mg; Żelazo: 14.39 mg; Magnez: 384.78 mg;

sobota 2026-01-31 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>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Babka 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Połędwica miodowa drobiowa 20g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2234.52 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz ogółem: 47.40 g; Węglowodany ogółem: 327.89 g; Kw. tł. nasycone: 13.37 g; Sól: 6.55 g; Sód: 1806.34 mg; Błonnik: 16.13 g; W tym cukry: 71.43 g; WW: 33.10 Por; Potas: 3210.27 mg; Wapń: 517.58 mg; Fosfor: 953.50 mg; Żelazo: 9.66 mg; Magnez: 237.33 mg;

sobota 2026-01-31 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Babka 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Połędwica miodowa drobiowa 20g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2179.05 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz ogółem: 48.02 g; Węglowodany ogółem: 318.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.50 g; Sól: 6.90 g; Sód: 1806.34 mg; Błonnik: 16.13 g; W tym cukry: 71.49 g; WW: 32.11 Por; Potas: 3210.27 mg; Wapń: 517.58 mg; Fosfor: 953.50 mg; Żelazo: 9.66 mg; Magnez: 237.33 mg;

sobota 2026-01-31 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
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 , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1762.18 kcal; Białko ogółem: 47.55 g; Tłuszcz ogółem: 43.50 g; Węglowodany ogółem: 247.09 g; Kw. tł. nasycone: 9.29 g; Sól: 5.50 g; Sód: 1584.80 mg; Błonnik: 17.83 g; W tym cukry: 24.42 g; WW: 24.95 Por; Potas: 2263.35 mg; Wapń: 177.59 mg; Fosfor: 505.64 mg; Żelazo: 6.01 mg; Magnez: 195.96 mg;

sobota 2026-01-31 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (<i>GLU, MLE</i>),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g.budyniu z musem 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.79 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 0.92 g; Sód: 285.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2638.65 mg; Wapń: 429.00 mg; Fosfor: 973.30 mg; Żelazo: 6.12 mg; Magnez: 213.76 mg;

sobota 2026-01-31 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 50g (GLU, SOJ), Serek kanapkowy 80g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 2 sztuki 200g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Twaróg 80g (MLE), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2858.64 kcal; Białko ogółem: 122.92 g; Tłuszcz ogółem: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 319.93 g; Kw. tł. nasycone: 36.72 g; Sól: 9.01 g; Sód: 2300.30 mg; Błonnik: 17.59 g; W tym cukry: 54.36 g; WW: 32.29 Por; Potas: 3468.25 mg; Wapń: 596.35 mg; Fosfor: 1323.98 mg; Żelazo: 10.45 mg; Magnez: 273.70 mg;

sobota 2026-01-31 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 50g (GLU, SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Sałata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki z koperkiem 200g , Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2183.15 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz ogółem: 46.23 g; Węglowodany ogółem: 319.46 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 4.95 g; Sód: 1182.95 mg; Błonnik: 16.69 g; W tym cukry: 50.70 g; WW: 32.25 Por; Potas: 2939.50 mg; Wapń: 491.80 mg; Fosfor: 950.10 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 200.90 mg;

sobota 2026-01-31 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jabłko 1szt ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 30g (MLE), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2127.05 kcal; Białko ogółem: 64.16 g; Tłuszcz ogółem: 59.37 g; Węglowodany ogółem: 288.79 g; Kw. tł. nasycone: 10.69 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1018.05 mg; Błonnik: 22.66 g; W tym cukry: 45.51 g; WW: 29.05 Por; Potas: 2730.99 mg; Wapń: 175.86 mg; Fosfor: 627.66 mg; Żelazo: 7.11 mg; Magnez: 182.85 mg;

sobota 2026-01-31 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z mięsa drobiowego 60g , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Śliwki 2szt ,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 40g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1974.86 kcal; Białko ogółem: 70.89 g; Tłuszcz ogółem: 61.77 g; Węglowodany ogółem: 302.55 g; Kw. tł. nasycone: 13.40 g; Sól: 6.45 g; Sód: 1900.21 mg; Błonnik: 32.96 g; W tym cukry: 52.65 g; WW: 30.46 Por; Potas: 3571.35 mg; Wapń: 243.67 mg; Fosfor: 1015.50 mg; Żelazo: 12.82 mg; Magnez: 319.86 mg;

sobota 2026-01-31 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Twaróg 40g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (GLU, JAJ), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2123.79 kcal; Białko ogółem: 73.26 g; Tłuszcz ogółem: 57.06 g; Węglowodany ogółem: 284.31 g; Kw. tł. nasycone: 19.20 g; Sól: 6.63 g; Sód: 2389.18 mg; Błonnik: 30.05 g; W tym cukry: 52.83 g; WW: 28.57 Por; Potas: 2935.37 mg; Wapń: 1025.87 mg; Fosfor: 1220.35 mg; Żelazo: 9.97 mg; Magnez: 286.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-01-31		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
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>), Szyńka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem b/soli 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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 , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.75 kcal; Białko ogółem: 78.97 g; Tłuszcz ogółem: 45.83 g; Węglowodany ogółem: 294.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.74 g; Sól: 6.83 g; Sód: 1778.34 mg; Błonnik: 15.73 g; W tym cukry: 52.79 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3164.27 mg; Wapń: 504.58 mg; Fosfor: 901.00 mg; Żelazo: 9.01 mg; Magnez: 233.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ), Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (MLE, SEL), Kopytka ziemniaczane 200g (GLU, JAJ), Udko duszone 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Marchew surowa w słupkach 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Melon żółty 100g ,	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb graham 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyunka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2341.51 kcal; Białko ogółem: 82.45 g; Tłuszcz ogółem: 43.59 g; Węglowodany ogółem: 313.91 g; Kw. tł. nasycone: 25.55 g; Sól: 5.40 g; Sód: 1646.34 mg; Błonnik: 34.60 g; W tym cukry: 69.28 g; WW: 31.56 Por; Potas: 3729.41 mg; Wapń: 591.52 mg; Fosfor: 1268.22 mg; Żelazo: 12.27 mg; Magnez: 339.64 mg;

niedziela 2026-02-01 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), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Marchew surowa w słupkach 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyunka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1997.86 kcal; Białko ogółem: 77.04 g; Tłuszcz ogółem: 38.29 g; Węglowodany ogółem: 263.64 g; Kw. tł. nasycone: 25.19 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1619.61 mg; Błonnik: 38.14 g; W tym cukry: 58.02 g; WW: 26.59 Por; Potas: 4346.61 mg; Wapń: 590.19 mg; Fosfor: 1341.72 mg; Żelazo: 13.20 mg; Magnez: 380.15 mg;

niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 70g , Melon żółty 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kopytka ziemniaczane 200g (GLU, JAJ), Udko duszone 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Salata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2034.59 kcal; Białko ogółem: 73.17 g; Tłuszcz ogółem: 38.25 g; Węglowodany ogółem: 280.12 g; Kw. tł. nasycone: 22.29 g; Sól: 5.49 g; Sód: 1825.15 mg; Błonnik: 16.30 g; W tym cukry: 45.30 g; WW: 28.21 Por; Potas: 2851.70 mg; Wapń: 498.64 mg; Fosfor: 956.03 mg; Żelazo: 8.32 mg; Magnez: 250.74 mg;

niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kopytka ziemniaczane 200g (GLU, JAJ), Udko duszone 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU, MLE),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2082.37 kcal; Białko ogółem: 77.36 g; Tłuszcz ogółem: 44.68 g; Węglowodany ogółem: 276.68 g; Kw. tł. nasycone: 26.55 g; Sól: 5.73 g; Sód: 1924.65 mg; Błonnik: 17.44 g; W tym cukry: 47.92 g; WW: 27.85 Por; Potas: 3018.39 mg; Wapń: 529.93 mg; Fosfor: 1003.49 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 259.32 mg;

niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Udko duszone 80g , Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU, MLE),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Salata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1770.88 kcal; Białko ogółem: 42.50 g; Tłuszcz ogółem: 43.34 g; Węglowodany ogółem: 215.34 g; Kw. tł. nasycone: 24.90 g; Sól: 3.16 g; Sód: 1041.31 mg; Błonnik: 21.28 g; W tym cukry: 22.87 g; WW: 21.69 Por; Potas: 2743.28 mg; Wapń: 186.58 mg; Fosfor: 553.34 mg; Żelazo: 5.49 mg; Magnez: 179.82 mg;

niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (JAJ, MLE, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g.budyniu z musem 200ml (MLE),	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1299.35 kcal; Białko ogółem: 62.09 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 177.65 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 0.85 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 17.95 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

niedziela 2026-02-01		Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g, Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),		Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (MLE, SEL), Udko duszone 2 szt 160g, Ziemniaki 200g, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g, Kompot owocowy 250ml, Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU, MLE),
		Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Sałata masłowa 10g, Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2159.74 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz ogółem: 56.64 g; Węglowodany ogółem: 269.44 g; Kw. tł. nasycone: 16.41 g; Sól: 6.48 g; Sód: 1792.93 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 52.16 g; WW: 27.22 Por; Potas: 3972.36 mg; Wapń: 606.26 mg; Fosfor: 1291.85 mg; Żelazo: 10.57 mg; Magnez: 315.66 mg;

niedziela 2026-02-01		Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g,		Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Udko duszone 100g, Ziemniaki 200g, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g, Kompot owocowy 250ml, Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU, MLE),
		Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Sałata masłowa 10g, Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1958.40 kcal; Białko ogółem: 65.81 g; Tłuszcz ogółem: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 251.02 g; Kw. tł. nasycone: 27.63 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1631.53 mg; Błonnik: 16.58 g; W tym cukry: 45.66 g; WW: 25.36 Por; Potas: 3199.53 mg; Wapń: 503.09 mg; Fosfor: 953.70 mg; Żelazo: 7.80 mg; Magnez: 242.00 mg;

niedziela 2026-02-01		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g,		Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Udko duszone 100g, Sos marchewkowy zabieleny b/glu 70ml (MLE), Ziemniaki 200g, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g, Kompot owocowy 250ml,
		Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Sałata masłowa 10g, Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Chrupki kukurydziane 30g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.97 kcal; Białko ogółem: 45.49 g; Tłuszcz ogółem: 41.58 g; Węglowodany ogółem: 236.15 g; Kw. tł. nasycone: 24.75 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1061.46 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 22.85 g; WW: 23.79 Por; Potas: 2857.53 mg; Wapń: 188.31 mg; Fosfor: 655.23 mg; Żelazo: 6.11 mg; Magnez: 202.99 mg;

niedziela 2026-02-01		Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ), Chleb razowy 30g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor 100g,		Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Ziemniaki 200g, Tofu z cebulą 100g (SOJ), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g,
		Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Pasta z mięsa drobiowego 50g, Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Marchew surowa w słupkach 100g, Mus owocowy 100g 1szt,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Banan 1szt,		

Wartości odżywcze: Kcal: 1780.74 kcal; Białko ogółem: 64.38 g; Tłuszcz ogółem: 52.65 g; Węglowodany ogółem: 272.62 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1257.81 mg; Błonnik: 33.40 g; W tym cukry: 75.45 g; WW: 27.58 Por; Potas: 4232.99 mg; Wapń: 211.87 mg; Fosfor: 954.07 mg; Żelazo: 10.13 mg; Magnez: 324.58 mg;

niedziela 2026-02-01		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ), Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Pomidor 100g,		Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g, Tofu z cebulą 100g (SOJ), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g, Kompot owocowy 250ml,
		Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Sałata masłowa 10g, Rzodkiewka czerwona 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1989.22 kcal; Białko ogółem: 65.59 g; Tłuszcz ogółem: 37.95 g; Węglowodany ogółem: 264.14 g; Kw. tł. nasycone: 25.18 g; Sól: 5.33 g; Sód: 1420.23 mg; Błonnik: 33.60 g; W tym cukry: 57.52 g; WW: 26.57 Por; Potas: 3808.53 mg; Wapń: 571.65 mg; Fosfor: 1022.02 mg; Żelazo: 11.36 mg; Magnez: 302.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-02-01		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą b/soli 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Udko duszone b/soli 100g , Sos marchewkowy zabieleny b/soli 70ml (GLU, MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Salata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2060.61 kcal; Białko ogółem: 73.20 g; Tłuszcz ogółem: 40.79 g; Węglowodany ogółem: 268.86 g; Kw. tł. nasycone: 27.96 g; Sól: 5.70 g; Sód: 1943.73 mg; Błonnik: 20.50 g; W tym cukry: 50.11 g; WW: 27.18 Por; Potas: 3684.89 mg; Wapń: 555.60 mg; Fosfor: 1063.79 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 297.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ , MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU , SEL), Ryż biały na sypko 200g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ciecierzycy 60g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 20g ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.52 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz ogółem: 44.95 g; Węglowodany ogółem: 306.76 g; Kw. tł. nasycone: 12.80 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1987.39 mg; Błonnik: 31.28 g; W tym cukry: 67.75 g; WW: 30.72 Por; Potas: 3156.74 mg; Wapń: 549.73 mg; Fosfor: 1243.24 mg; Żelazo: 10.16 mg; Magnez: 324.50 mg;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Chleb graham 50g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU , SEL), Ryż brązowy na sypko 200g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z ciecierzycy 60g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 20g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2053.78 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz ogółem: 43.93 g; Węglowodany ogółem: 300.10 g; Kw. tł. nasycone: 10.52 g; Sól: 6.28 g; Sód: 2071.40 mg; Błonnik: 40.82 g; W tym cukry: 45.83 g; WW: 30.03 Por; Potas: 3366.40 mg; Wapń: 566.39 mg; Fosfor: 1533.53 mg; Żelazo: 11.66 mg; Magnez: 447.97 mg;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ , MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Ryż biały na sypko 200g , Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU , SEL), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2170.29 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.55 g; Węglowodany ogółem: 332.30 g; Kw. tł. nasycone: 12.87 g; Sól: 4.54 g; Sód: 1098.61 mg; Błonnik: 18.95 g; W tym cukry: 85.38 g; WW: 33.51 Por; Potas: 3744.61 mg; Wapń: 526.71 mg; Fosfor: 1103.77 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 272.17 mg;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ , MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Ryż biały na sypko 200g , Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU , SEL), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2057.02 kcal; Białko ogółem: 84.80 g; Tłuszcz ogółem: 42.10 g; Węglowodany ogółem: 313.77 g; Kw. tł. nasycone: 10.69 g; Sól: 4.53 g; Sód: 1098.61 mg; Błonnik: 18.95 g; W tym cukry: 85.38 g; WW: 31.61 Por; Potas: 3744.61 mg; Wapń: 526.71 mg; Fosfor: 1103.77 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 272.17 mg;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU , SEL), Ryż biały na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Salata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1731.35 kcal; Białko ogółem: 55.28 g; Tłuszcz ogółem: 41.90 g; Węglowodany ogółem: 246.25 g; Kw. tł. nasycone: 9.10 g; Sól: 2.30 g; Sód: 218.28 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 22.10 g; WW: 24.71 Por; Potas: 2344.33 mg; Wapń: 171.35 mg; Fosfor: 641.53 mg; Żelazo: 5.42 mg; Magnez: 125.28 mg;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE , SEL),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE , SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (JAJ , MLE , SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z mussem 200ml (GLU , MLE),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g.budyniu z mussem 200ml (MLE),	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1299.35 kcal; Białko ogółem: 62.09 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 177.65 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 0.85 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 17.95 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

poniedziałek 2026-02-02Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ , MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (MLE),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU , SEL), Ryż biały na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Połędwica drobiowa z majerankiem 80g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Salata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2353.14 kcal; Białko ogółem: 108.76 g; Tłuszcz ogółem: 52.31 g; Węglowodany ogółem: 287.91 g; Kw. tł. nasycone: 29.70 g; Sól: 5.75 g; Sód: 1419.36 mg; Błonnik: 16.19 g; W tym cukry: 56.88 g; WW: 28.94 Por; Potas: 3311.11 mg; Wapń: 769.67 mg; Fosfor: 1397.57 mg; Żelazo: 8.72 mg; Magnez: 235.08 mg;

poniedziałek 2026-02-02Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ , MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Salata z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU , SEL), Ryż biały na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica drobiowa z majerankiem 60g (SOJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL), Salata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1822.52 kcal; Białko ogółem: 78.01 g; Tłuszcz ogółem: 33.74 g; Węglowodany ogółem: 268.56 g; Kw. tł. nasycone: 9.89 g; Sól: 4.57 g; Sód: 1101.51 mg; Błonnik: 14.67 g; W tym cukry: 41.85 g; WW: 27.03 Por; Potas: 2403.69 mg; Wapń: 489.98 mg; Fosfor: 993.82 mg; Żelazo: 7.07 mg; Magnez: 193.46 mg;

poniedziałek 2026-02-02Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Ryż biały na sypko 200g , Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) b/glu 180g (SEL), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica drobiowa z majerankiem 60g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Salata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1864.75 kcal; Białko ogółem: 63.18 g; Tłuszcz ogółem: 45.84 g; Węglowodany ogółem: 262.64 g; Kw. tł. nasycone: 9.34 g; Sól: 2.47 g; Sód: 285.68 mg; Błonnik: 20.85 g; W tym cukry: 29.42 g; WW: 26.35 Por; Potas: 2549.03 mg; Wapń: 350.40 mg; Fosfor: 765.93 mg; Żelazo: 5.50 mg; Magnez: 142.33 mg;

poniedziałek 2026-02-02Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU , SEL), Ryż biały na sypko 200g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z ciecierzycy 60g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1707.10 kcal; Białko ogółem: 57.37 g; Tłuszcz ogółem: 55.67 g; Węglowodany ogółem: 260.07 g; Kw. tł. nasycone: 11.54 g; Sól: 5.81 g; Sód: 1744.56 mg; Błonnik: 28.52 g; W tym cukry: 40.57 g; WW: 26.09 Por; Potas: 2565.23 mg; Wapń: 160.78 mg; Fosfor: 846.52 mg; Żelazo: 8.68 mg; Magnez: 246.31 mg;

poniedziałek 2026-02-02Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ , MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Ryż biały na sypko 200g , Tofu z warzywami po chińsku (wege) 150g (GLU , SOJ , SEL), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ciecierzycy 60g , Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1901.01 kcal; Białko ogółem: 65.30 g; Tłuszcz ogółem: 45.14 g; Węglowodany ogółem: 271.33 g; Kw. tł. nasycone: 15.46 g; Sól: 7.13 g; Sód: 2140.03 mg; Błonnik: 27.24 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 27.27 Por; Potas: 2667.22 mg; Wapń: 815.39 mg; Fosfor: 1079.82 mg; Żelazo: 8.88 mg; Magnez: 283.55 mg;

poniedziałek 2026-02-02Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ , MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/soli 300ml (MLE , SEL), Ryż na sypko b/soli 200g , Schab pieczony 100g , Kompot owocowy 250ml , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica drobiowa z majerankiem 60g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Salata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1820.29 kcal; Białko ogółem: 77.08 g; Tłuszcz ogółem: 33.25 g; Węglowodany ogółem: 267.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.54 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1028.31 mg; Błonnik: 13.26 g; W tym cukry: 42.12 g; WW: 26.96 Por; Potas: 2571.85 mg; Wapń: 492.29 mg; Fosfor: 945.72 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 187.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna 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, SEL</i>), Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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 koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałatka ryżowa z brokułem i kukurydzą z olejem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa żywiecka 30g ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2370.37 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz ogółem: 64.47 g; Węglowodany ogółem: 303.68 g; Kw. tł. nasycone: 20.37 g; Sól: 6.22 g; Sód: 2266.85 mg; Błonnik: 35.38 g; W tym cukry: 60.85 g; WW: 30.49 Por; Potas: 2993.37 mg; Wapń: 829.18 mg; Fosfor: 1440.56 mg; Żelazo: 11.73 mg; Magnez: 291.22 mg;

wtorek 2026-02-03 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, SEL</i>), Buraczki gotowane 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna 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, GOR</i>), Sałatka ryżowa z brokułem i kukurydzą z olejem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa żywiecka 30g ,	Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2079.81 kcal; Białko ogółem: 90.21 g; Tłuszcz ogółem: 57.68 g; Węglowodany ogółem: 267.94 g; Kw. tł. nasycone: 19.16 g; Sól: 6.37 g; Sód: 2377.30 mg; Błonnik: 36.27 g; W tym cukry: 51.50 g; WW: 26.91 Por; Potas: 3265.29 mg; Wapń: 1001.53 mg; Fosfor: 1590.32 mg; Żelazo: 13.02 mg; Magnez: 344.76 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Pomarańcza 1/2szt 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>), Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2062.34 kcal; Białko ogółem: 77.94 g; Tłuszcz ogółem: 37.68 g; Węglowodany ogółem: 313.81 g; Kw. tł. nasycone: 10.84 g; Sól: 6.41 g; Sód: 1856.24 mg; Błonnik: 21.26 g; W tym cukry: 45.24 g; WW: 31.62 Por; Potas: 3329.29 mg; Wapń: 504.05 mg; Fosfor: 1012.59 mg; Żelazo: 9.94 mg; Magnez: 274.55 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Poledwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Pomarańcza 1/2szt 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>), Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1972.12 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz ogółem: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 306.34 g; Kw. tł. nasycone: 9.13 g; Sól: 6.73 g; Sód: 1873.79 mg; Błonnik: 21.25 g; W tym cukry: 46.64 g; WW: 30.89 Por; Potas: 3372.91 mg; Wapń: 541.38 mg; Fosfor: 1103.18 mg; Żelazo: 10.01 mg; Magnez: 277.98 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 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>), Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1786.41 kcal; Białko ogółem: 51.37 g; Tłuszcz ogółem: 41.35 g; Węglowodany ogółem: 257.10 g; Kw. tł. nasycone: 8.77 g; Sól: 4.29 g; Sód: 986.51 mg; Błonnik: 22.54 g; W tym cukry: 22.34 g; WW: 25.89 Por; Potas: 2555.69 mg; Wapń: 148.93 mg; Fosfor: 612.04 mg; Żelazo: 6.88 mg; Magnez: 193.33 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (<i>GLU, MLE</i>),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (<i>MLE</i>),	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1299.35 kcal; Białko ogółem: 62.09 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 177.65 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 0.85 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 17.95 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (JAJ), Twaróg 100g (MLE), 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), Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Polędwica miodowa drobiowa 80g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posilek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.47 kcal; Białko ogółem: 113.17 g; Tłuszcz ogółem: 52.52 g; Węglowodany ogółem: 274.77 g; Kw. tł. nasycone: 14.33 g; Sól: 9.27 g; Sód: 1898.24 mg; Błonnik: 19.57 g; W tym cukry: 39.32 g; WW: 27.75 Por; Potas: 3216.27 mg; Wapń: 569.07 mg; Fosfor: 1266.88 mg; Żelazo: 9.76 mg; Magnez: 268.85 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna 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 czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 50g ,
		Posilek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1974.25 kcal; Białko ogółem: 73.33 g; Tłuszcz ogółem: 39.58 g; Węglowodany ogółem: 289.67 g; Kw. tł. nasycone: 11.13 g; Sól: 5.34 g; Sód: 1444.78 mg; Błonnik: 16.10 g; W tym cukry: 27.93 g; WW: 29.19 Por; Potas: 2572.47 mg; Wapń: 414.47 mg; Fosfor: 945.56 mg; Żelazo: 7.29 mg; Magnez: 218.76 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna 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 (SEL), Sos pomidorowy b/glu 70ml, Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posilek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1945.09 kcal; Białko ogółem: 61.24 g; Tłuszcz ogółem: 45.97 g; Węglowodany ogółem: 275.77 g; Kw. tł. nasycone: 9.90 g; Sól: 4.61 g; Sód: 1116.21 mg; Błonnik: 20.68 g; W tym cukry: 34.67 g; WW: 27.74 Por; Potas: 2835.03 mg; Wapń: 433.34 mg; Fosfor: 797.75 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 206.60 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Pomidor 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (GLU, SEL), Sos pieczarkowy b/ml 100ml (GLU), Buraczki gotowane 100g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt, Salátka ryżowa z brokulem i kukurydzą z olejem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Pomarańcza 1/2szt 100g ,		Posilek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1779.11 kcal; Białko ogółem: 63.22 g; Tłuszcz ogółem: 62.68 g; Węglowodany ogółem: 258.93 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 5.55 g; Sód: 1491.14 mg; Błonnik: 31.89 g; W tym cukry: 41.34 g; WW: 26.03 Por; Potas: 2965.44 mg; Wapń: 234.25 mg; Fosfor: 1018.51 mg; Żelazo: 10.85 mg; Magnez: 273.57 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Hummus 0.5szt (SEZ), Miód sztukowy 25g 1szt, Pomidor 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami i ciociorką (węge) 300g (GLU, SEL), Sos pieczarkowy 70ml (GLU, MLE), Buraczki gotowane 100g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Salátka ryżowa z brokulem i kukurydzą z olejem 100g ,
		Posilek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2086.85 kcal; Białko ogółem: 56.15 g; Tłuszcz ogółem: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 304.53 g; Kw. tł. nasycone: 11.26 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1154.10 mg; Błonnik: 33.77 g; W tym cukry: 39.62 g; WW: 30.65 Por; Potas: 2975.34 mg; Wapń: 482.24 mg; Fosfor: 953.04 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 253.18 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt, Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem b/soli 300g (GLU), Buraczki gotowane 100g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka b/soli 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posilek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.64 kcal; Białko ogółem: 73.49 g; Tłuszcz ogółem: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 298.13 g; Kw. tł. nasycone: 10.52 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1155.61 mg; Błonnik: 19.73 g; W tym cukry: 37.94 g; WW: 30.07 Por; Potas: 3227.29 mg; Wapń: 455.32 mg; Fosfor: 971.11 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 220.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 50g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selerą z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Galaretką owocową 200g ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2195.86 kcal; Białko ogółem: 78.84 g; Tłuszcz ogółem: 56.20 g; Węglowodany ogółem: 305.32 g; Kw. tł. nasycone: 16.15 g; Sól: 7.91 g; Sód: 2560.88 mg; Błonnik: 35.00 g; W tym cukry: 54.22 g; WW: 30.62 Por; Potas: 3815.44 mg; Wapń: 429.82 mg; Fosfor: 1206.64 mg; Żelazo: 11.36 mg; Magnez: 350.48 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ser topiony 1szt (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selerą z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna 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 czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.78 kcal; Białko ogółem: 80.64 g; Tłuszcz ogółem: 58.98 g; Węglowodany ogółem: 280.63 g; Kw. tł. nasycone: 19.07 g; Sól: 7.72 g; Sód: 2730.55 mg; Błonnik: 35.18 g; W tym cukry: 43.81 g; WW: 28.16 Por; Potas: 3907.46 mg; Wapń: 669.49 mg; Fosfor: 1434.77 mg; Żelazo: 11.95 mg; Magnez: 386.96 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna 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 , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Galaretką owocową 200g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selerą z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.94 kcal; Białko ogółem: 75.94 g; Tłuszcz ogółem: 37.51 g; Węglowodany ogółem: 305.53 g; Kw. tł. nasycone: 10.38 g; Sól: 5.40 g; Sód: 1314.55 mg; Błonnik: 22.88 g; W tym cukry: 32.85 g; WW: 30.82 Por; Potas: 3543.34 mg; Wapń: 351.35 mg; Fosfor: 937.96 mg; Żelazo: 8.91 mg; Magnez: 231.88 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Galaretką owocową 200g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selerą z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , 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>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Sałata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1888.54 kcal; Białko ogółem: 76.98 g; Tłuszcz ogółem: 37.19 g; Węglowodany ogółem: 295.74 g; Kw. tł. nasycone: 8.23 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1314.55 mg; Błonnik: 22.88 g; W tym cukry: 32.85 g; WW: 29.82 Por; Potas: 3543.34 mg; Wapń: 351.35 mg; Fosfor: 937.96 mg; Żelazo: 8.91 mg; Magnez: 231.88 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna 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 , Galaretką owocową 200g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selerą z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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 ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1917.21 kcal; Białko ogółem: 52.07 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 299.65 g; Kw. tł. nasycone: 8.84 g; Sól: 2.38 g; Sód: 285.87 mg; Błonnik: 25.63 g; W tym cukry: 57.69 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3427.20 mg; Wapń: 130.69 mg; Fosfor: 574.12 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 206.72 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g. budyniu z musem 200ml (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
--	--	--

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 0.95 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z jogurtem 100g (MLE), Szynka delikatna z fileta 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Banan 1szt , Galaretka owocowa 200g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 2 szt 200g (GLU, JAJ), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU, MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Polędwica ani drobiowa 80g (SOJ), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2496.74 kcal; Białko ogółem: 116.75 g; Tłuszcz ogółem: 54.55 g; Węglowodany ogółem: 346.69 g; Kw. tł. nasycone: 13.83 g; Sól: 6.94 g; Sód: 1478.57 mg; Błonnik: 25.40 g; W tym cukry: 71.08 g; WW: 35.04 Por; Potas: 4408.40 mg; Wapń: 445.44 mg; Fosfor: 1369.62 mg; Żelazo: 10.10 mg; Magnez: 324.41 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Galaretka owocowa 200g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU, MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.71 kcal; Białko ogółem: 75.12 g; Tłuszcz ogółem: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 327.83 g; Kw. tł. nasycone: 8.42 g; Sól: 4.74 g; Sód: 1250.22 mg; Błonnik: 21.53 g; W tym cukry: 62.76 g; WW: 33.13 Por; Potas: 3662.12 mg; Wapń: 326.06 mg; Fosfor: 894.71 mg; Żelazo: 8.53 mg; Magnez: 274.47 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Galaretka owocowa 200g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1965.50 kcal; Białko ogółem: 60.54 g; Tłuszcz ogółem: 38.88 g; Węglowodany ogółem: 304.87 g; Kw. tł. nasycone: 7.89 g; Sól: 2.83 g; Sód: 285.54 mg; Błonnik: 25.33 g; W tym cukry: 63.78 g; WW: 30.78 Por; Potas: 3546.88 mg; Wapń: 289.88 mg; Fosfor: 665.88 mg; Żelazo: 5.30 mg; Magnez: 215.10 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatesowa drobiowa 60g , Ketchup 30g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g , Galaretka owocowa 200g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Banan 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2019.67 kcal; Białko ogółem: 72.53 g; Tłuszcz ogółem: 67.36 g; Węglowodany ogółem: 291.25 g; Kw. tł. nasycone: 17.46 g; Sól: 8.30 g; Sód: 2552.59 mg; Błonnik: 31.79 g; W tym cukry: 70.17 g; WW: 29.35 Por; Potas: 4056.04 mg; Wapń: 214.55 mg; Fosfor: 983.71 mg; Żelazo: 10.49 mg; Magnez: 358.54 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony 100g , Galaretka owocowa 200g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet jajeczny smażony 100g (GLU, JAJ), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Sałata masłowa 10g , Pomidor 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1966.24 kcal; Białko ogółem: 53.84 g; Tłuszcz ogółem: 39.43 g; Węglowodany ogółem: 273.21 g; Kw. tł. nasycone: 23.79 g; Sól: 6.19 g; Sód: 2234.77 mg; Błonnik: 30.61 g; W tym cukry: 31.75 g; WW: 27.45 Por; Potas: 3133.10 mg; Wapń: 374.90 mg; Fosfor: 949.40 mg; Żelazo: 9.14 mg; Magnez: 297.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-02-04		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna 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 , Galaretka owocowa 200g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos marchewkowy zabelany b/soli 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) b/soli 60g (<i>RYB, SEL</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2069.22 kcal; Białko ogółem: 84.93 g; Tłuszcz ogółem: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 334.73 g; Kw. tł.
nasycone: 9.13 g; Sól: 5.27 g; Sód: 1231.03 mg; Błonnik: 23.89 g; W tym cukry: 67.81 g; WW: 33.85 Por; Potas: 4012.08 mg; Wapń: 343.34
mg; Fosfor: 982.33 mg; Żelazo: 8.44 mg; Magnez: 293.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Papryka świeża 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki 200g , Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2234.94 kcal; Białko ogółem: 90.37 g; Tłuszcz ogółem: 46.98 g; Węglowodany ogółem: 308.84 g; Kw. tł. nasycone: 16.76 g; Sól: 7.02 g; Sód: 1597.04 mg; Błonnik: 36.70 g; W tym cukry: 55.38 g; WW: 31.04 Por; Potas: 3650.40 mg; Wapń: 715.55 mg; Fosfor: 1220.39 mg; Żelazo: 11.60 mg; Magnez: 286.55 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Papryka świeża 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.66 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz ogółem: 42.73 g; Węglowodany ogółem: 275.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.94 g; Sól: 7.20 g; Sód: 1700.32 mg; Błonnik: 36.50 g; W tym cukry: 44.81 g; WW: 27.75 Por; Potas: 3634.90 mg; Wapń: 798.31 mg; Fosfor: 1341.98 mg; Żelazo: 12.01 mg; Magnez: 314.57 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2158.99 kcal; Białko ogółem: 81.20 g; Tłuszcz ogółem: 35.70 g; Węglowodany ogółem: 308.67 g; Kw. tł. nasycone: 20.52 g; Sól: 7.39 g; Sód: 1876.64 mg; Błonnik: 18.19 g; W tym cukry: 28.12 g; WW: 31.14 Por; Potas: 2937.50 mg; Wapń: 347.58 mg; Fosfor: 834.56 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 227.58 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2039.29 kcal; Białko ogółem: 79.59 g; Tłuszcz ogółem: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 298.58 g; Kw. tł. nasycone: 18.37 g; Sól: 6.75 g; Sód: 1876.64 mg; Błonnik: 18.19 g; W tym cukry: 27.99 g; WW: 30.10 Por; Potas: 2937.50 mg; Wapń: 347.58 mg; Fosfor: 834.56 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 227.58 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1829.07 kcal; Białko ogółem: 54.64 g; Tłuszcz ogółem: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 242.23 g; Kw. tł. nasycone: 18.93 g; Sól: 4.25 g; Sód: 1049.94 mg; Błonnik: 20.13 g; W tym cukry: 17.97 g; WW: 24.37 Por; Potas: 2422.80 mg; Wapń: 131.58 mg; Fosfor: 495.76 mg; Żelazo: 5.26 mg; Magnez: 160.08 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (JAJ, MLE, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g.budyniu z musem 200ml (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 0.95 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 80g (SOJ, MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g, Kefir 150g 1szt (MLE), Serek wiejski 80g (MLE),	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 2 szt 200g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g, Kalafior gotowany na parze 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna 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,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2688.90 kcal; Białko ogółem: 130.92 g; Tłuszcz ogółem: 60.81 g; Węglowodany ogółem: 307.87 g; Kw. tł. nasycone: 37.05 g; Sól: 10.13 g; Sód: 2493.78 mg; Błonnik: 19.44 g; W tym cukry: 39.07 g; WW: 30.97 Por; Potas: 3689.70 mg; Wapń: 613.66 mg; Fosfor: 1316.27 mg; Żelazo: 9.94 mg; Magnez: 280.97 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna 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,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, 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 czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor b/skóry 50g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.27 kcal; Białko ogółem: 77.32 g; Tłuszcz ogółem: 36.30 g; Węglowodany ogółem: 291.38 g; Kw. tł. nasycone: 23.71 g; Sól: 5.54 g; Sód: 1587.97 mg; Błonnik: 15.98 g; W tym cukry: 25.46 g; WW: 29.33 Por; Potas: 2636.85 mg; Wapń: 338.12 mg; Fosfor: 820.40 mg; Żelazo: 7.35 mg; Magnez: 197.78 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 50g (SOJ, MLE), Miód sztukowy 25g 1szt, Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą b/glu 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/glu 60ml, Ryż biały na sypko 200g, Kalafior gotowany na parze 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.96 kcal; Białko ogółem: 65.98 g; Tłuszcz ogółem: 43.19 g; Węglowodany ogółem: 291.38 g; Kw. tł. nasycone: 24.35 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1155.68 mg; Błonnik: 18.81 g; W tym cukry: 24.79 g; WW: 29.21 Por; Potas: 1771.39 mg; Wapń: 326.06 mg; Fosfor: 668.40 mg; Żelazo: 5.22 mg; Magnez: 143.56 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Miód sztukowy 25g 1szt, Szyńska delikatesowa drobiowa 40g, Papryka świeża 100g,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki 200g, Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kalafior gotowany na parze 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Szyńska wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Rządki białe z koperkiem 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Jabłko 1szt,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 1865.60 kcal; Białko ogółem: 70.73 g; Tłuszcz ogółem: 54.40 g; Węglowodany ogółem: 284.13 g; Kw. tł. nasycone: 13.88 g; Sól: 4.66 g; Sód: 1059.55 mg; Błonnik: 33.13 g; W tym cukry: 47.36 g; WW: 28.55 Por; Potas: 3254.04 mg; Wapń: 190.29 mg; Fosfor: 777.26 mg; Żelazo: 10.12 mg; Magnez: 227.60 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt, Papryka świeża 100g,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Tofu w plasterkach 100g (SOJ), Ziemniaki 200g, Kalafior gotowany na parze 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1928.91 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz ogółem: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 272.41 g; Kw. tł. nasycone: 17.35 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1583.66 mg; Błonnik: 29.31 g; W tym cukry: 35.21 g; WW: 27.43 Por; Potas: 2849.60 mg; Wapń: 853.45 mg; Fosfor: 1180.74 mg; Żelazo: 8.39 mg; Magnez: 240.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-02-05		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata czarna 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</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą b/soli 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Kalafior gotowany na parze b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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 ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2142.24 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz ogółem: 35.44 g; Węglowodany ogółem: 307.04 g; Kw. tł. nasycone: 20.49 g; Sól: 5.32 g; Sód: 1175.24 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 28.45 g; WW: 30.97 Por; Potas: 2892.10 mg; Wapń: 339.18 mg; Fosfor: 815.96 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 188.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka kajzerka 1szt (GLU, SOJ, MLE), Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba smażona w panierce (miruna) 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 60g (MLE), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Śliwki 2szt ,	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 50g (GLU, JAJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.89 kcal; Białko ogółem: 87.15 g; Tłuszcz ogółem: 54.31 g; Węglowodany ogółem: 304.22 g; Kw. tł. nasycone: 14.20 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1377.23 mg; Błonnik: 29.98 g; W tym cukry: 65.69 g; WW: 30.55 Por; Potas: 3770.60 mg; Wapń: 611.76 mg; Fosfor: 1011.35 mg; Żelazo: 9.70 mg; Magnez: 259.43 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka grahamka 1szt (GLU), Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek wiejski 60g (MLE), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1838.94 kcal; Białko ogółem: 88.47 g; Tłuszcz ogółem: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 267.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.97 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1864.35 mg; Błonnik: 36.69 g; W tym cukry: 48.15 g; WW: 26.74 Por; Potas: 3927.81 mg; Wapń: 594.30 mg; Fosfor: 1246.86 mg; Żelazo: 12.13 mg; Magnez: 349.22 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata czarna b/c 250ml , Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Banan 1szt , Ciasto drożdżowe 50g (GLU, JAJ, MLE),	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2035.63 kcal; Białko ogółem: 83.44 g; Tłuszcz ogółem: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 321.88 g; Kw. tł. nasycone: 12.40 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1264.62 mg; Błonnik: 21.08 g; W tym cukry: 90.98 g; WW: 32.58 Por; Potas: 3963.89 mg; Wapń: 540.65 mg; Fosfor: 899.14 mg; Żelazo: 8.17 mg; Magnez: 274.87 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE), Banan 1szt ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1862.87 kcal; Białko ogółem: 83.77 g; Tłuszcz ogółem: 25.83 g; Węglowodany ogółem: 301.05 g; Kw. tł. nasycone: 8.72 g; Sól: 5.10 g; Sód: 1195.12 mg; Błonnik: 20.33 g; W tym cukry: 92.21 g; WW: 30.44 Por; Potas: 3926.49 mg; Wapń: 528.25 mg; Fosfor: 882.64 mg; Żelazo: 7.88 mg; Magnez: 273.47 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Twaróg 60g (MLE), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1503.57 kcal; Białko ogółem: 54.65 g; Tłuszcz ogółem: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 221.31 g; Kw. tł. nasycone: 7.34 g; Sól: 2.31 g; Sód: 179.51 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 23.51 g; WW: 22.37 Por; Potas: 2482.47 mg; Wapń: 167.27 mg; Fosfor: 422.11 mg; Żelazo: 4.16 mg; Magnez: 120.61 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (JAJ, MLE, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z mussem 200ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g. budyniu z mussem 200ml (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
---	---	--

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 0.95 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku 300ml (SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g, Kefir 150g 1szt (MLE),	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g, Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 80g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 80g, Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1971.31 kcal; Białko ogółem: 109.61 g; Tłuszcz ogółem: 37.27 g; Węglowodany ogółem: 258.76 g; Kw. tł. nasycone: 14.23 g; Sól: 7.71 g; Sód: 1443.25 mg; Błonnik: 17.22 g; W tym cukry: 62.84 g; WW: 26.18 Por; Potas: 3491.81 mg; Wapń: 801.31 mg; Fosfor: 1128.48 mg; Żelazo: 7.44 mg; Magnez: 235.97 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 40g, Serek wiejski 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1630.56 kcal; Białko ogółem: 78.77 g; Tłuszcz ogółem: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 226.73 g; Kw. tł. nasycone: 9.05 g; Sól: 4.53 g; Sód: 1106.16 mg; Błonnik: 12.22 g; W tym cukry: 39.22 g; WW: 22.91 Por; Potas: 2647.30 mg; Wapń: 471.53 mg; Fosfor: 774.20 mg; Żelazo: 6.09 mg; Magnez: 182.13 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g, Jabłko 1szt,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g, Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g, Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g, Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1730.48 kcal; Białko ogółem: 65.51 g; Tłuszcz ogółem: 34.40 g; Węglowodany ogółem: 245.38 g; Kw. tł. nasycone: 9.63 g; Sól: 2.71 g; Sód: 438.99 mg; Błonnik: 24.04 g; W tym cukry: 60.83 g; WW: 24.71 Por; Potas: 3122.65 mg; Wapń: 492.09 mg; Fosfor: 687.85 mg; Żelazo: 5.28 mg; Magnez: 173.31 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Dżem szt - 25g 1szt, Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Rzodkiewka biała 100g,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g, Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g, Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Pasta z mięsa drobiowego 60g, Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Jabłko 1szt,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 1575.02 kcal; Białko ogółem: 70.77 g; Tłuszcz ogółem: 47.93 g; Węglowodany ogółem: 234.37 g; Kw. tł. nasycone: 10.14 g; Sól: 6.15 g; Sód: 1321.13 mg; Błonnik: 34.21 g; W tym cukry: 43.13 g; WW: 23.57 Por; Potas: 3726.61 mg; Wapń: 235.06 mg; Fosfor: 760.60 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 245.82 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata czarna b/c 250ml, Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Rzodkiewka biała 100g,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z 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 czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1889.87 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Tłuszcz ogółem: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 228.52 g; Kw. tł. nasycone: 26.15 g; Sól: 5.15 g; Sód: 1969.39 mg; Błonnik: 28.10 g; W tym cukry: 47.80 g; WW: 22.90 Por; Potas: 3587.77 mg; Wapń: 910.61 mg; Fosfor: 1241.39 mg; Żelazo: 9.51 mg; Magnez: 275.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-02-06		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Herbata czarna b/c 250ml , Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE),	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem b/soli 100g (RYB), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1807.61 kcal; Białko ogółem: 81.08 g; Tłuszcz ogółem: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 263.41 g; Kw. tł. nasycone: 11.02 g; Sól: 5.03 g; Sód: 1193.99 mg; Błonnik: 17.18 g; W tym cukry: 54.18 g; WW: 26.60 Por; Potas: 3167.25 mg; Wapń: 521.69 mg; Fosfor: 847.35 mg; Żelazo: 7.24 mg; Magnez: 209.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Naleśniki z serem na słodko 2 szt 300g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Mus z jabłka 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2300.55 kcal; Białko ogółem: 70.38 g; Tłuszcz ogółem: 63.30 g; Węglowodany ogółem: 306.65 g; Kw. tł. nasycone: 28.87 g; Sól: 6.70 g; Sód: 2266.99 mg; Błonnik: 27.14 g; W tym cukry: 72.06 g; WW: 30.71 Por; Potas: 1832.10 mg; Wapń: 918.90 mg; Fosfor: 1010.54 mg; Żelazo: 7.31 mg; Magnez: 249.01 mg;

sobota 2026-02-07 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>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka Colesław z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna 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: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.34 kcal; Białko ogółem: 92.62 g; Tłuszcz ogółem: 39.42 g; Węglowodany ogółem: 245.93 g; Kw. tł. nasycone: 17.46 g; Sól: 7.26 g; Sód: 2574.61 mg; Błonnik: 31.73 g; W tym cukry: 49.60 g; WW: 24.64 Por; Potas: 3481.00 mg; Wapń: 1118.18 mg; Fosfor: 1564.75 mg; Żelazo: 9.86 mg; Magnez: 365.58 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata czarna b/c 250ml , 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 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Naleśniki z serem na słodko 2 szt 300g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Mus z jabłka 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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 ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2221.37 kcal; Białko ogółem: 72.81 g; Tłuszcz ogółem: 56.40 g; Węglowodany ogółem: 316.01 g; Kw. tł. nasycone: 24.62 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1059.97 mg; Błonnik: 15.06 g; W tym cukry: 63.08 g; WW: 31.81 Por; Potas: 1873.23 mg; Wapń: 648.32 mg; Fosfor: 791.72 mg; Żelazo: 6.81 mg; Magnez: 146.47 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Naleśniki z serem na słodko 2 szt 300g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Mus z jabłka 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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 , Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2116.97 kcal; Białko ogółem: 73.85 g; Tłuszcz ogółem: 56.08 g; Węglowodany ogółem: 306.22 g; Kw. tł. nasycone: 22.47 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1059.97 mg; Błonnik: 15.06 g; W tym cukry: 63.08 g; WW: 30.81 Por; Potas: 1873.23 mg; Wapń: 648.32 mg; Fosfor: 791.72 mg; Żelazo: 6.81 mg; Magnez: 146.47 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</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 , Melon żółty 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</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 czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1576.97 kcal; Białko ogółem: 49.61 g; Tłuszcz ogółem: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 238.67 g; Kw. tł. nasycone: 6.86 g; Sól: 2.38 g; Sód: 184.68 mg; Błonnik: 18.64 g; W tym cukry: 23.57 g; WW: 24.06 Por; Potas: 2556.22 mg; Wapń: 145.36 mg; Fosfor: 498.14 mg; Żelazo: 5.44 mg; Magnez: 140.07 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (<i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g.budyniu z musem 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 0.95 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Szynka z indykiem 60g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g, Melon żółty 100g,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 2 szt 200g, Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g, Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Buraczki gotowane 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2042.11 kcal; Białko ogółem: 121.05 g; Tłuszcz ogółem: 36.16 g; Węglowodany ogółem: 266.42 g; Kw. tł. nasycone: 11.41 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1158.73 mg; Błonnik: 15.36 g; W tym cukry: 50.88 g; WW: 26.87 Por; Potas: 3672.56 mg; Wapń: 556.58 mg; Fosfor: 1340.27 mg; Żelazo: 8.52 mg; Magnez: 254.78 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata czarna b/c 250ml, Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL), Dżem szt - 25g 1szt, Melon żółty 100g,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g, Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g, Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Buraczki gotowane 50g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1877.78 kcal; Białko ogółem: 83.29 g; Tłuszcz ogółem: 32.33 g; Węglowodany ogółem: 278.46 g; Kw. tł. nasycone: 9.44 g; Sól: 3.48 g; Sód: 1088.23 mg; Błonnik: 14.96 g; W tym cukry: 50.51 g; WW: 28.05 Por; Potas: 2937.05 mg; Wapń: 518.87 mg; Fosfor: 1043.96 mg; Żelazo: 7.24 mg; Magnez: 214.16 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna z cukrem 250ml, Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt, Pomidor b/skóry 100g, Melon żółty 100g,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g, Sos pomidorowy b/mąki 60ml, Ziemniaki 200g, Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 20g, Buraczki gotowane 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafile ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1628.20 kcal; Białko ogółem: 63.26 g; Tłuszcz ogółem: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 231.26 g; Kw. tł. nasycone: 6.95 g; Sól: 1.64 g; Sód: 229.22 mg; Błonnik: 18.51 g; W tym cukry: 29.99 g; WW: 23.28 Por; Potas: 2695.54 mg; Wapń: 197.26 mg; Fosfor: 656.70 mg; Żelazo: 5.64 mg; Magnez: 152.33 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt, Pomidor 100g, Banan 1szt,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (SEL, S02), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g, Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g, Surówka Coleslaw z białej kapusty z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g, Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ), Ogórek kiszony 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Pomarańcza 1/2szt 100g,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 1832.41 kcal; Białko ogółem: 78.52 g; Tłuszcz ogółem: 50.52 g; Węglowodany ogółem: 284.10 g; Kw. tł. nasycone: 10.89 g; Sól: 5.34 g; Sód: 1741.34 mg; Błonnik: 30.41 g; W tym cukry: 77.78 g; WW: 28.55 Por; Potas: 4070.02 mg; Wapń: 248.55 mg; Fosfor: 1062.52 mg; Żelazo: 9.42 mg; Magnez: 367.47 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata czarna b/c 250ml, Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt, Pomidor 100g, Melon żółty 100g,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g, Surówka Coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Hummus 40g 0.5szt (SEZ), Buraczki gotowane 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2084.09 kcal; Białko ogółem: 62.74 g; Tłuszcz ogółem: 41.95 g; Węglowodany ogółem: 291.98 g; Kw. tł. nasycone: 16.84 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1550.13 mg; Błonnik: 35.70 g; W tym cukry: 55.65 g; WW: 29.32 Por; Potas: 3009.43 mg; Wapń: 845.15 mg; Fosfor: 991.10 mg; Żelazo: 9.08 mg; Magnez: 247.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-02-07		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (GLU), Ziemniaki b/soli 200g , Mizeria z jogurtem b/soli 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1891.02 kcal; Białko ogółem: 86.50 g; Tłuszcz ogółem: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 282.07 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1093.05 mg; Błonnik: 15.36 g; W tym cukry: 50.06 g; WW: 28.48 Por; Potas: 3275.60 mg; Wapń: 532.85 mg; Fosfor: 1046.93 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 218.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), 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>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Pasta z białej fasoli 40g , Ogórek świeży 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Galaretką z owocami 200g , Herbata czarna b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2062.02 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz ogółem: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 266.59 g; Kw. tł. nasycone: 21.46 g; Sól: 4.91 g; Sód: 1348.06 mg; Błonnik: 40.31 g; W tym cukry: 66.65 g; WW: 26.69 Por; Potas: 3102.68 mg; Wapń: 528.15 mg; Fosfor: 1021.09 mg; Żelazo: 9.38 mg; Magnez: 251.82 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ, 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>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna 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 , Ogórek świeży 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Galaretką z owocami 200g ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1978.09 kcal; Białko ogółem: 81.77 g; Tłuszcz ogółem: 34.60 g; Węglowodany ogółem: 251.12 g; Kw. tł. nasycone: 19.29 g; Sól: 5.28 g; Sód: 1521.66 mg; Błonnik: 40.45 g; W tym cukry: 47.87 g; WW: 25.20 Por; Potas: 3008.71 mg; Wapń: 546.55 mg; Fosfor: 1116.93 mg; Żelazo: 10.47 mg; Magnez: 296.24 mg;

niedziela 2026-02-08 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 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Mandarynka 1szt ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1994.25 kcal; Białko ogółem: 86.42 g; Tłuszcz ogółem: 36.22 g; Węglowodany ogółem: 266.86 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 7.55 g; Sód: 1918.56 mg; Błonnik: 24.89 g; W tym cukry: 46.72 g; WW: 26.86 Por; Potas: 2783.00 mg; Wapń: 496.87 mg; Fosfor: 865.68 mg; Żelazo: 7.28 mg; Magnez: 232.77 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Mandarynka 1szt ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 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>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1907.64 kcal; Białko ogółem: 86.72 g; Tłuszcz ogółem: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 248.52 g; Kw. tł. nasycone: 21.64 g; Sól: 7.29 g; Sód: 1958.16 mg; Błonnik: 24.89 g; W tym cukry: 46.86 g; WW: 24.97 Por; Potas: 2789.60 mg; Wapń: 502.37 mg; Fosfor: 877.98 mg; Żelazo: 7.30 mg; Magnez: 233.57 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią indyczą 40g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1603.53 kcal; Białko ogółem: 52.82 g; Tłuszcz ogółem: 33.92 g; Węglowodany ogółem: 230.63 g; Kw. tł. nasycone: 9.36 g; Sól: 4.22 g; Sód: 906.68 mg; Błonnik: 26.95 g; W tym cukry: 23.55 g; WW: 23.19 Por; Potas: 1967.82 mg; Wapń: 145.35 mg; Fosfor: 398.44 mg; Żelazo: 4.18 mg; Magnez: 135.17 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (<i>GLU, MLE</i>),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g.budyniu z musem 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 0.95 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 80g (GLU, SOJ), Ser żółty 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2328.71 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz ogółem: 58.01 g; Węglowodany ogółem: 248.24 g; Kw. tł. nasycone: 36.03 g; Sól: 9.18 g; Sód: 2097.12 mg; Błonnik: 27.16 g; W tym cukry: 44.94 g; WW: 24.96 Por; Potas: 2940.83 mg; Wapń: 1166.65 mg; Fosfor: 1326.82 mg; Żelazo: 8.08 mg; Magnez: 223.70 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 50g (GLU, SOJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL), Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1789.71 kcal; Białko ogółem: 85.09 g; Tłuszcz ogółem: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 250.40 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 5.69 g; Sód: 1117.15 mg; Błonnik: 25.72 g; W tym cukry: 40.05 g; WW: 25.22 Por; Potas: 2495.10 mg; Wapń: 464.34 mg; Fosfor: 806.76 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 184.00 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka z indykiem 60g (SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy b/mąki 70ml , Ryż biały na sypko 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1618.47 kcal; Białko ogółem: 55.81 g; Tłuszcz ogółem: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 230.91 g; Kw. tł. nasycone: 7.30 g; Sól: 4.94 g; Sód: 942.06 mg; Błonnik: 21.86 g; W tym cukry: 24.28 g; WW: 23.18 Por; Potas: 2187.37 mg; Wapń: 161.77 mg; Fosfor: 507.49 mg; Żelazo: 5.05 mg; Magnez: 152.29 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami b/mleka 300ml (SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy b/ml 100ml (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Pasta z białej fasoli 40g , Ogórek świeży 100g , Galaretką z owocami 200g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1801.93 kcal; Białko ogółem: 68.03 g; Tłuszcz ogółem: 54.44 g; Węglowodany ogółem: 249.19 g; Kw. tł. nasycone: 12.43 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1077.94 mg; Błonnik: 40.16 g; W tym cukry: 52.77 g; WW: 24.96 Por; Potas: 2632.74 mg; Wapń: 210.00 mg; Fosfor: 706.41 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 200.87 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, 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 ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Leczo warzywne z cukinią 150g (GLU, SEL), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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 ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1904.84 kcal; Białko ogółem: 62.01 g; Tłuszcz ogółem: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 272.99 g; Kw. tł. nasycone: 13.61 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1662.26 mg; Błonnik: 46.72 g; W tym cukry: 50.39 g; WW: 27.40 Por; Potas: 2956.60 mg; Wapń: 880.53 mg; Fosfor: 1088.57 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 274.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-02-08		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
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 b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) b/soli 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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 (włoszczyzna) 50g (<i>SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1855.22 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz ogółem: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 268.77 g; Kw. tł. nasycone: 11.48 g; Sól: 5.89 g; Sód: 1164.19 mg; Błonnik: 28.54 g; W tym cukry: 45.96 g; WW: 27.10 Por; Potas: 2920.75 mg; Wapń: 485.94 mg; Fosfor: 832.13 mg; Żelazo: 7.41 mg; Magnez: 197.88 mg;