

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-09 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Bułka kajzerka 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Mus z jabłka 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Salátka ryżowa z brokulem i kukurydzą z olejem 150g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 1/2szt 100g , Herbata czarna z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2438.86 kcal; Białko ogółem: 83.69 g; Tłuszcz ogółem: 48.88 g; Węglowodany ogółem: 365.61 g; Kw. tł. nasycone: 14.85 g; Sól: 5.54 g; Sód: 1305.24 mg; Błonnik: 38.20 g; W tym cukry: 48.74 g; WW: 36.64 Por; Potas: 2587.29 mg; Wapń: 759.17 mg; Fosfor: 1392.39 mg; Żelazo: 8.88 mg; Magnez: 353.16 mg;

poniedziałek 2026-03-09 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Bułka grahamka 1szt (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Mus z jabłka 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Salátka ryżowa z brokulem i kukurydzą z olejem 150g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 1/2szt 100g , Herbata czarna b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 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: 2293.68 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz ogółem: 47.79 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Kw. tł. nasycone: 13.07 g; Sól: 6.71 g; Sód: 1788.14 mg; Błonnik: 42.00 g; W tym cukry: 38.96 g; WW: 34.54 Por; Potas: 2816.59 mg; Wapń: 784.07 mg; Fosfor: 1614.39 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 433.66 mg;

poniedziałek 2026-03-09 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 50g (<i>GLU</i>), Bułka kajzerka 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g , Melon żółty 150g ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Twaróg 100g (<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>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.08 kcal; Białko ogółem: 75.47 g; Tłuszcz ogółem: 33.52 g; Węglowodany ogółem: 306.47 g; Kw. tł. nasycone: 10.70 g; Sól: 5.65 g; Sód: 1133.68 mg; Błonnik: 16.50 g; W tym cukry: 31.92 g; WW: 30.74 Por; Potas: 1861.18 mg; Wapń: 482.52 mg; Fosfor: 831.69 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 160.08 mg;

poniedziałek 2026-03-09 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 50g (<i>GLU</i>), Bułka kajzerka 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g , Melon żółty 150g ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Twaróg 100g (<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>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1911.62 kcal; Białko ogółem: 75.19 g; Tłuszcz ogółem: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 295.07 g; Kw. tł. nasycone: 8.30 g; Sól: 5.65 g; Sód: 1121.76 mg; Błonnik: 16.72 g; W tym cukry: 29.64 g; WW: 29.60 Por; Potas: 1726.61 mg; Wapń: 452.49 mg; Fosfor: 754.48 mg; Żelazo: 4.78 mg; Magnez: 138.44 mg;

poniedziałek 2026-03-09 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Mus z jabłka 150g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1898.39 kcal; Białko ogółem: 56.07 g; Tłuszcz ogółem: 41.39 g; Węglowodany ogółem: 279.84 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 4.81 g; Sód: 916.69 mg; Błonnik: 18.86 g; W tym cukry: 35.37 g; WW: 28.03 Por; Potas: 1765.54 mg; Wapń: 475.11 mg; Fosfor: 759.45 mg; Żelazo: 4.01 mg; Magnez: 159.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-03-09			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, MLE, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Ryż na mleku z jabłkiem (mix o g.budyń) 300g ,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2643.16 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz ogółem: 70.48 g; Węglowodany ogółem: 386.59 g; Kw. tł. nasycone: 24.15 g; Sól: 1.31 g; Sód: 451.53 mg; Błonnik: 22.34 g; W tym cukry: 52.56 g; WW: 39.02 Por; Potas: 3997.75 mg; Wapń: 572.76 mg; Fosfor: 1370.53 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 294.66 mg;

poniedziałek 2026-03-09			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny z zieleniną 60g (SOJ, MLE, SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,		Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (MLE, SEL), Ryż na mleku roślinnym mix 200ml , Jogurt naturalny 100ml (MLE), Mus z truskawek 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g (SEL),	
				Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.89 kcal; Białko ogółem: 64.21 g; Tłuszcz ogółem: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 301.26 g; Kw. tł. nasycone: 14.28 g; Sól: 6.74 g; Sód: 1774.54 mg; Błonnik: 20.12 g; W tym cukry: 85.10 g; WW: 30.38 Por; Potas: 2995.01 mg; Wapń: 717.06 mg; Fosfor: 861.10 mg; Żelazo: 7.28 mg; Magnez: 285.55 mg;

poniedziałek 2026-03-09			Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 50g (GLU), Bułka kajzerka 1szt (GLU, SOJ, MLE), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Kielbasa krakowska 60g (GLU, SOJ), Kefir 150g 1szt (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,		Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Twaróg 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml , Mus z jabłka 150g ,		Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 80g (JAJ, GOR), Serek wiejski 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE),	
				Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2559.33 kcal; Białko ogółem: 108.48 g; Tłuszcz ogółem: 58.21 g; Węglowodany ogółem: 353.18 g; Kw. tł. nasycone: 21.69 g; Sól: 8.39 g; Sód: 2321.80 mg; Błonnik: 20.19 g; W tym cukry: 83.78 g; WW: 35.41 Por; Potas: 3007.86 mg; Wapń: 1206.97 mg; Fosfor: 1421.77 mg; Żelazo: 7.11 mg; Magnez: 291.43 mg;

poniedziałek 2026-03-09			Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska 60g (GLU, SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Twaróg 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml , Mus z jabłka 150g ,		Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (JAJ, GOR), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 50g , Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE),	
				Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1914.50 kcal; Białko ogółem: 72.81 g; Tłuszcz ogółem: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 284.79 g; Kw. tł. nasycone: 9.65 g; Sól: 5.39 g; Sód: 971.69 mg; Błonnik: 14.56 g; W tym cukry: 37.89 g; WW: 28.55 Por; Potas: 1890.54 mg; Wapń: 487.11 mg; Fosfor: 880.45 mg; Żelazo: 5.81 mg; Magnez: 152.34 mg;

poniedziałek 2026-03-09			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,		Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (MLE, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Twaróg 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml , Mus z jabłka 150g ,		Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (JAJ, GOR), Ser żółty 20g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	
				Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1858.97 kcal; Białko ogółem: 58.92 g; Tłuszcz ogółem: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 289.42 g; Kw. tł. nasycone: 10.38 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1007.20 mg; Błonnik: 22.03 g; W tym cukry: 55.99 g; WW: 29.11 Por; Potas: 2137.29 mg; Wapń: 370.61 mg; Fosfor: 624.08 mg; Żelazo: 4.16 mg; Magnez: 182.26 mg;

poniedziałek 2026-03-09			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Kielbasa krakowska 60g (GLU, SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa krem z dyni i marchewki b/ml 300ml (SEL), Ryż na mleku roślinnym gotowany na gęsto 300ml , Mus z jabłka 150g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Banan 1szt ,				Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1773.89 kcal; Białko ogółem: 43.08 g; Tłuszcz ogółem: 46.52 g; Węglowodany ogółem: 306.48 g; Kw. tł. nasycone: 9.85 g; Sól: 7.29 g; Sód: 1544.44 mg; Błonnik: 18.04 g; W tym cukry: 55.03 g; WW: 30.87 Por; Potas: 2198.13 mg; Wapń: 137.16 mg; Fosfor: 385.20 mg; Żelazo: 5.81 mg; Magnez: 199.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-03-09		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Ogórek świeży 100g , Banan 1szt ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (MLE, SEL), Ryż brązowy na sypko 200g , Twaróg 100g (MLE), Mus z jabłka 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2112.75 kcal; Białko ogółem: 79.72 g; Tłuszcz ogółem: 40.98 g; Węglowodany ogółem: 314.77 g; Kw. tł. nasycone: 19.91 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1629.65 mg; Błonnik: 35.05 g; W tym cukry: 75.87 g; WW: 31.63 Por; Potas: 3211.44 mg; Wapń: 1038.66 mg; Fosfor: 1530.70 mg; Żelazo: 8.99 mg; Magnez: 397.18 mg;

poniedziałek 2026-03-09		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), Kielbasa krakowska 40g (GLU, SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Salata masłowa 10g , Banan 1szt ,	Zupa krem z dyni i marchewki b/soli 300ml (MLE, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Twaróg 100g (MLE), Mus z jabłka 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 40g (JAJ, GOR), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2031.58 kcal; Białko ogółem: 69.99 g; Tłuszcz ogółem: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 333.87 g; Kw. tł. nasycone: 10.97 g; Sól: 4.58 g; Sód: 984.06 mg; Błonnik: 19.66 g; W tym cukry: 74.35 g; WW: 33.62 Por; Potas: 3021.62 mg; Wapń: 508.13 mg; Fosfor: 924.33 mg; Żelazo: 7.12 mg; Magnez: 224.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-03-10 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Leczo warzywne z papryką i kurczakiem (100g kurczaka, 50g sos) 150g (GLU, SEL), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt, Herbata czarna z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2338.27 kcal; Białko ogółem: 88.44 g; Tłuszcz ogółem: 44.23 g; Węglowodany ogółem: 340.05 g; Kw. tł. nasycone: 13.22 g; Sól: 5.88 g; Sód: 1819.36 mg; Błonnik: 33.20 g; W tym cukry: 67.04 g; WW: 34.03 Por; Potas: 2455.51 mg; Wapń: 247.50 mg; Fosfor: 1025.72 mg; Żelazo: 10.35 mg; Magnez: 234.46 mg;

wtorek 2026-03-10 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Leczo warzywne z papryką i kurczakiem (100g kurczaka, 50g sos) 150g (GLU, SEL), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt, Herbata czarna b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 20g (SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2194.48 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz ogółem: 50.05 g; Węglowodany ogółem: 307.92 g; Kw. tł. nasycone: 10.93 g; Sól: 6.86 g; Sód: 1831.61 mg; Błonnik: 33.88 g; W tym cukry: 56.72 g; WW: 30.86 Por; Potas: 2894.96 mg; Wapń: 514.85 mg; Fosfor: 1354.28 mg; Żelazo: 11.82 mg; Magnez: 310.26 mg;

wtorek 2026-03-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ryż biały na sypko 200g , Leczo warzywne z papryką i kurczakiem (100g kurczaka, 50g sos) 150g (GLU, SEL), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.41 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz ogółem: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 318.40 g; Kw. tł. nasycone: 11.96 g; Sól: 6.83 g; Sód: 1877.26 mg; Błonnik: 17.45 g; W tym cukry: 44.67 g; WW: 32.00 Por; Potas: 1939.31 mg; Wapń: 230.15 mg; Fosfor: 789.47 mg; Żelazo: 8.02 mg; Magnez: 184.81 mg;

wtorek 2026-03-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ryż biały na sypko 200g , Leczo warzywne z papryką i kurczakiem (100g kurczaka, 50g sos) 150g (GLU, SEL), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Twaróg 40g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2020.01 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz ogółem: 39.16 g; Węglowodany ogółem: 308.62 g; Kw. tł. nasycone: 9.81 g; Sól: 6.82 g; Sód: 1877.26 mg; Błonnik: 17.45 g; W tym cukry: 44.67 g; WW: 31.00 Por; Potas: 1939.31 mg; Wapń: 230.15 mg; Fosfor: 789.47 mg; Żelazo: 8.02 mg; Magnez: 184.81 mg;

wtorek 2026-03-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Leczo warzywne z papryką i kurczakiem (100g kurczaka, 50g sos) 150g (GLU, SEL), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Biskopty 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2223.19 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 39.87 g; Węglowodany ogółem: 339.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.03 g; Sól: 3.78 g; Sód: 1004.76 mg; Błonnik: 23.57 g; W tym cukry: 66.21 g; WW: 34.16 Por; Potas: 2419.91 mg; Wapń: 213.65 mg; Fosfor: 691.92 mg; Żelazo: 6.40 mg; Magnez: 210.86 mg;

wtorek 2026-03-10 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),	
---	--	--

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 2026-03-10 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny z zieleniną 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa krupnik ryżowy b/ml mix 300ml (SEL), Ziemniaki gotowane z zieleniną (puree) 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) mix 180g (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Cukinia duszona na ciepło puree 100g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1772.14 kcal; Białko ogółem: 72.11 g; Tłuszcz ogółem: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 273.60 g; Kw. tł. nasycone: 8.87 g; Sól: 4.14 g; Sód: 1119.20 mg; Błonnik: 20.04 g; W tym cukry: 37.94 g; WW: 27.54 Por; Potas: 2761.39 mg; Wapń: 201.60 mg; Fosfor: 754.51 mg; Żelazo: 7.20 mg; Magnez: 191.32 mg;

wtorek 2026-03-10 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2), Banan 1szt , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Leczo warzywne z papryką i kurczakiem (100g kurczaka, 50g sos) 150g (GLU, SEL), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Biskopity 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2931.79 kcal; Białko ogółem: 112.99 g; Tłuszcz ogółem: 50.35 g; Węglowodany ogółem: 388.46 g; Kw. tł. nasycone: 32.64 g; Sól: 6.89 g; Sód: 2249.49 mg; Błonnik: 22.99 g; W tym cukry: 88.33 g; WW: 39.07 Por; Potas: 2741.91 mg; Wapń: 325.25 mg; Fosfor: 1029.12 mg; Żelazo: 8.84 mg; Magnez: 256.86 mg;

wtorek 2026-03-10 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2), Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa pieczarkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Leczo warzywne z papryką i kurczakiem (100g kurczaka, 50g sos) 150g (GLU, SEL), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Pomidor b/skóry 50g , Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Biskopity 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2194.14 kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz ogółem: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 321.80 g; Kw. tł. nasycone: 8.05 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1044.11 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 58.68 g; WW: 32.39 Por; Potas: 2372.88 mg; Wapń: 195.28 mg; Fosfor: 838.77 mg; Żelazo: 7.26 mg; Magnez: 189.54 mg;

wtorek 2026-03-10 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Poledwica miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ryż biały na sypko 200g , Leczo warzywne z papryką i kurczakiem (100g kurczaka, 50g sos) 150g (GLU, SEL), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2257.50 kcal; Białko ogółem: 71.20 g; Tłuszcz ogółem: 46.08 g; Węglowodany ogółem: 344.24 g; Kw. tł. nasycone: 10.64 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1080.31 mg; Błonnik: 22.20 g; W tym cukry: 74.62 g; WW: 34.61 Por; Potas: 2603.51 mg; Wapń: 408.55 mg; Fosfor: 883.77 mg; Żelazo: 6.75 mg; Magnez: 233.71 mg;

wtorek 2026-03-10 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ryż biały na sypko 200g , Leczo warzywne z papryką i kurczakiem (100g kurczaka, 50g sos) 150g (GLU, SEL), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Hummus 60g , Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy (150g) 1szt (SOJ),

Wartości odżywcze: Kcal: 1954.23 kcal; Białko ogółem: 73.61 g; Tłuszcz ogółem: 49.06 g; Węglowodany ogółem: 311.33 g; Kw. tł. nasycone: 13.39 g; Sól: 6.38 g; Sód: 2175.37 mg; Błonnik: 17.92 g; W tym cukry: 41.09 g; WW: 31.30 Por; Potas: 2041.29 mg; Wapń: 190.67 mg; Fosfor: 848.84 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 207.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-03-10		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Hummus 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek konserwowy 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Tofu z cebulą 100g (SOJ), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor 100g , Biszkopty 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.07 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.61 g; Węglowodany ogółem: 322.36 g; Kw. tł. nasycone: 11.98 g; Sól: 5.73 g; Sód: 1475.73 mg; Błonnik: 30.05 g; W tym cukry: 52.16 g; WW: 32.33 Por; Potas: 1752.82 mg; Wapń: 219.76 mg; Fosfor: 665.05 mg; Żelazo: 8.03 mg; Magnez: 169.11 mg;

wtorek 2026-03-10		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyńka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa krupnik ryżowy b/ml mix 300ml (SEL), Ryż biały na sypko 200g , Leczo warzywne z papryką i kurczakiem (100g kurczaka, 50g sos) 150g (GLU, SEL), Salátka z buraków i jabłka z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Biszkopty 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2528.78 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz ogółem: 43.91 g; Węglowodany ogółem: 373.18 g; Kw. tł. nasycone: 13.24 g; Sól: 6.55 g; Sód: 1883.26 mg; Błonnik: 20.73 g; W tym cukry: 81.75 g; WW: 37.57 Por; Potas: 2582.71 mg; Wapń: 255.55 mg; Fosfor: 862.27 mg; Żelazo: 8.56 mg; Magnez: 247.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Ogórek świeży 90g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Bigos z białej i kiszonej kapusty z kielbasą z majerankiem 300g (GLU, SOJ), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 60g (SOJ, MLE, SEL), Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (GLU, SOJ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 30g (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2142.75 kcal; Białko ogółem: 84.93 g; Tłuszcz ogółem: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 274.83 g; Kw. tł. nasycone: 20.50 g; Sól: 7.42 g; Sód: 2274.68 mg; Błonnik: 36.76 g; W tym cukry: 62.65 g; WW: 27.60 Por; Potas: 3877.00 mg; Wapń: 597.63 mg; Fosfor: 1054.21 mg; Żelazo: 10.79 mg; Magnez: 289.30 mg;

środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Bigos z białej i kiszonej kapusty z kielbasą z majerankiem 300g (GLU, SOJ), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka złociста 40g (SOJ, MLE, SEL), Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 10g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.71 kcal; Białko ogółem: 86.93 g; Tłuszcz ogółem: 56.50 g; Węglowodany ogółem: 232.89 g; Kw. tł. nasycone: 22.09 g; Sól: 8.34 g; Sód: 2404.85 mg; Błonnik: 38.08 g; W tym cukry: 54.06 g; WW: 23.31 Por; Potas: 3156.95 mg; Wapń: 627.91 mg; Fosfor: 1143.06 mg; Żelazo: 11.58 mg; Magnez: 312.91 mg;

środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Salata masłowa 20g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos koperkowy (zabielany) 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), Szynka złociста 20g (SOJ, MLE, SEL), Serek kanapkowy 50g (MLE), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.57 kcal; Białko ogółem: 79.39 g; Tłuszcz ogółem: 41.89 g; Węglowodany ogółem: 274.25 g; Kw. tł. nasycone: 24.87 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1277.85 mg; Błonnik: 17.35 g; W tym cukry: 42.82 g; WW: 27.67 Por; Potas: 3131.96 mg; Wapń: 494.55 mg; Fosfor: 907.39 mg; Żelazo: 7.78 mg; Magnez: 197.30 mg;

środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Salata masłowa 20g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos koperkowy (zabielany) 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 10g 1szt (MLE), Szynka złociста 20g (SOJ, MLE, SEL), Serek kanapkowy 50g (MLE), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.17 kcal; Białko ogółem: 79.33 g; Tłuszcz ogółem: 41.07 g; Węglowodany ogółem: 274.17 g; Kw. tł. nasycone: 24.32 g; Sól: 5.60 g; Sód: 1277.85 mg; Błonnik: 17.35 g; W tym cukry: 42.82 g; WW: 27.67 Por; Potas: 3131.96 mg; Wapń: 494.55 mg; Fosfor: 907.39 mg; Żelazo: 7.78 mg; Magnez: 197.30 mg;

środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 40g (SOJ, MLE, SEL), Marchewka gotowana na parze 100g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1643.31 kcal; Białko ogółem: 53.09 g; Tłuszcz ogółem: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 233.67 g; Kw. tł. nasycone: 8.45 g; Sól: 3.15 g; Sód: 299.98 mg; Błonnik: 24.85 g; W tym cukry: 29.80 g; WW: 23.57 Por; Potas: 3040.12 mg; Wapń: 174.04 mg; Fosfor: 526.77 mg; Żelazo: 6.03 mg; Magnez: 148.93 mg;

środa 2026-03-11 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),	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 2026-03-11 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyunka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze (papka) 100g (GLU, JAJ), Sos dyniowy 70ml (GLU), Kasza gryczana 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalefior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny z zieleniną 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1917.22 kcal; Białko ogółem: 81.34 g; Tłuszcz ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 277.58 g; Kw. tł. nasycone: 11.34 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1135.26 mg; Błonnik: 25.08 g; W tym cukry: 39.48 g; WW: 27.93 Por; Potas: 2663.98 mg; Wapń: 503.42 mg; Fosfor: 1071.49 mg; Żelazo: 9.65 mg; Magnez: 326.76 mg;

środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyunka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Twaróg 60g (MLE), Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos koperkowy (zabielany) 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), Szyunka złocista 80g (SOJ, MLE, SEL), Serek kanapkowy 80g (MLE), Marchewka gotowana na parze 100g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.03 kcal; Białko ogółem: 104.93 g; Tłuszcz ogółem: 47.61 g; Węglowodany ogółem: 263.21 g; Kw. tł. nasycone: 32.43 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1483.93 mg; Błonnik: 21.49 g; W tym cukry: 46.22 g; WW: 26.56 Por; Potas: 3662.47 mg; Wapń: 549.44 mg; Fosfor: 1087.54 mg; Żelazo: 8.62 mg; Magnez: 219.73 mg;

środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyunka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 50g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyunka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Marchewka gotowana na parze 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1694.30 kcal; Białko ogółem: 72.79 g; Tłuszcz ogółem: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 242.98 g; Kw. tł. nasycone: 7.85 g; Sól: 4.98 g; Sód: 1013.65 mg; Błonnik: 16.87 g; W tym cukry: 25.24 g; WW: 24.55 Por; Potas: 2638.95 mg; Wapń: 170.79 mg; Fosfor: 607.68 mg; Żelazo: 7.04 mg; Magnez: 163.34 mg;

środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyunka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/glutenowy 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , 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), Szyunka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Pasta warzywna (włoszczyzna) 5000g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 3815.82 kcal; Białko ogółem: 149.66 g; Tłuszcz ogółem: 60.50 g; Węglowodany ogółem: 706.64 g; Kw. tł. nasycone: 19.82 g; Sól: 13.00 g; Sód: 3877.09 mg; Błonnik: 235.00 g; W tym cukry: 266.60 g; WW: 71.40 Por; Potas: 19158.79 mg; Wapń: 2267.04 mg; Fosfor: 3368.11 mg; Żelazo: 46.75 mg; Magnez: 1164.56 mg;

środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Połudwica ani drobiowa 40g (SOJ), Połudwica ani drobiowa 40g (SOJ), Ogórek świeży 90g ,	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Bigos z białej i kiszanej kapusty z kielbasą z majerankiem 300g (GLU, SOJ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Połudwica miodowa drobiowa 60g , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1633.53 kcal; Białko ogółem: 63.22 g; Tłuszcz ogółem: 66.22 g; Węglowodany ogółem: 205.19 g; Kw. tł. nasycone: 14.96 g; Sól: 8.25 g; Sód: 1884.88 mg; Błonnik: 22.30 g; W tym cukry: 50.88 g; WW: 20.50 Por; Potas: 2069.95 mg; Wapń: 263.58 mg; Fosfor: 535.59 mg; Żelazo: 6.93 mg; Magnez: 153.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-11		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1938.84 kcal; Białko ogółem: 67.38 g; Tłuszcz ogółem: 49.90 g; Węglowodany ogółem: 229.54 g; Kw. tł. nasycone: 33.21 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1944.44 mg; Błonnik: 24.43 g; W tym cukry: 44.01 g; WW: 23.00 Por; Potas: 1918.05 mg; Wapń: 1086.72 mg; Fosfor: 1153.36 mg; Żelazo: 6.69 mg; Magnez: 215.65 mg;

środa 2026-03-11		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 , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa pomidorowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem b/soli 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>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.13 kcal; Białko ogółem: 81.56 g; Tłuszcz ogółem: 39.82 g; Węglowodany ogółem: 276.19 g; Kw. tł. nasycone: 12.66 g; Sól: 5.13 g; Sód: 1086.89 mg; Błonnik: 18.05 g; W tym cukry: 44.60 g; WW: 27.90 Por; Potas: 3349.92 mg; Wapń: 467.17 mg; Fosfor: 860.17 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 198.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-03-12 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml , Sos pieczeniowy 60ml (GLU), Rolada z kurczaka z warzywami (włoszczyzna) 100g (GLU, JAJ, SEL),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (GLU, SOJ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka drobiowa śniadaniowa 20g (SOJ, MLE, GOR),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2073.79 kcal; Białko ogółem: 80.59 g; Tłuszcz ogółem: 40.17 g; Węglowodany ogółem: 298.04 g; Kw. tł. nasycone: 12.88 g; Sól: 6.49 g; Sód: 2008.25 mg; Błonnik: 31.61 g; W tym cukry: 67.61 g; WW: 29.99 Por; Potas: 4127.03 mg; Wapń: 595.66 mg; Fosfor: 1309.99 mg; Żelazo: 11.33 mg; Magnez: 363.48 mg;

czwartek 2026-03-12 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Ogórek kiszony 100g , Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryż brązowy na sypko 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy b/c 250ml , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE), Rolada z kurczaka z warzywami (włoszczyzna) 100g (GLU, JAJ, SEL),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 60g (MLE), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka drobiowa śniadaniowa 20g (SOJ, MLE, GOR),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.33 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz ogółem: 49.95 g; Węglowodany ogółem: 305.15 g; Kw. tł. nasycone: 12.88 g; Sól: 6.63 g; Sód: 2079.46 mg; Błonnik: 40.37 g; W tym cukry: 49.71 g; WW: 30.58 Por; Potas: 3632.88 mg; Wapń: 638.43 mg; Fosfor: 1629.81 mg; Żelazo: 13.17 mg; Magnez: 491.68 mg;

czwartek 2026-03-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Galaretką z owocami 200g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml , Rolada z kurczaka z warzywami (włoszczyzna) 100g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1983.95 kcal; Białko ogółem: 79.61 g; Tłuszcz ogółem: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 300.14 g; Kw. tł. nasycone: 12.80 g; Sól: 3.93 g; Sód: 1124.21 mg; Błonnik: 16.07 g; W tym cukry: 41.62 g; WW: 30.22 Por; Potas: 2796.14 mg; Wapń: 533.94 mg; Fosfor: 1098.23 mg; Żelazo: 8.59 mg; Magnez: 213.70 mg;

czwartek 2026-03-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Galaretką z owocami 200g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml , Rolada z kurczaka z warzywami (włoszczyzna) 100g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1743.69 kcal; Białko ogółem: 71.42 g; Tłuszcz ogółem: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 275.83 g; Kw. tł. nasycone: 7.74 g; Sól: 3.66 g; Sód: 1018.53 mg; Błonnik: 15.85 g; W tym cukry: 29.12 g; WW: 27.77 Por; Potas: 2366.56 mg; Wapń: 253.42 mg; Fosfor: 841.59 mg; Żelazo: 7.91 mg; Magnez: 166.90 mg;

czwartek 2026-03-12 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE), Rolada z kurczaka z warzywami (włoszczyzna) 100g (GLU, JAJ, SEL),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2106.65 kcal; Białko ogółem: 67.81 g; Tłuszcz ogółem: 43.14 g; Węglowodany ogółem: 324.29 g; Kw. tł. nasycone: 13.51 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1069.41 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 73.33 g; WW: 32.68 Por; Potas: 3433.54 mg; Wapń: 533.04 mg; Fosfor: 1013.93 mg; Żelazo: 7.50 mg; Magnez: 284.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-12 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
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: Jogurt naturalny z biszkoptami 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1333.20 kcal; Białko ogółem: 60.68 g; Tłuszcz ogółem: 40.37 g; Węglowodany ogółem: 150.03 g; Kw. tł. nasycone: 15.32 g; Sól: 0.93 g; Sód: 226.65 mg; Błonnik: 11.26 g; W tym cukry: 20.99 g; WW: 15.13 Por; Potas: 2350.20 mg; Wapń: 284.75 mg; Fosfor: 691.80 mg; Żelazo: 3.51 mg; Magnez: 148.76 mg;

czwartek 2026-03-12 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Pasta warzywna 100g (SEL),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami mix 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki puree 200g , Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE), Rolada z kurczaka z warzywami (włoszczyzna) (mix) 100g (GLU, JAJ, SEL), Brokuł gotowany na parze (puree) 100g ,	Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 60g (MLE), Dynia duszona (papka) 100g (GLU),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2050.99 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz ogółem: 38.75 g; Węglowodany ogółem: 297.65 g; Kw. tł. nasycone: 15.18 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1290.89 mg; Błonnik: 25.20 g; W tym cukry: 61.34 g; WW: 30.14 Por; Potas: 4461.69 mg; Wapń: 951.26 mg; Fosfor: 1432.06 mg; Żelazo: 10.72 mg; Magnez: 312.18 mg;

czwartek 2026-03-12 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml , Rolada z kurczaka z warzywami (włoszczyzna) 100g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 100g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2421.44 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz ogółem: 47.44 g; Węglowodany ogółem: 345.05 g; Kw. tł. nasycone: 16.14 g; Sól: 6.03 g; Sód: 1915.05 mg; Błonnik: 20.38 g; W tym cukry: 92.28 g; WW: 34.82 Por; Potas: 3931.82 mg; Wapń: 736.65 mg; Fosfor: 1479.25 mg; Żelazo: 10.53 mg; Magnez: 339.53 mg;

czwartek 2026-03-12 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml , Rolada z kurczaka z warzywami (włoszczyzna) 100g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.47 kcal; Białko ogółem: 78.85 g; Tłuszcz ogółem: 36.13 g; Węglowodany ogółem: 320.61 g; Kw. tł. nasycone: 10.95 g; Sól: 3.74 g; Sód: 1091.85 mg; Błonnik: 17.40 g; W tym cukry: 70.66 g; WW: 32.32 Por; Potas: 3217.20 mg; Wapń: 515.25 mg; Fosfor: 1092.44 mg; Żelazo: 8.17 mg; Magnez: 264.24 mg;

czwartek 2026-03-12 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos koperkowy b/mąki 70ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2024.35 kcal; Białko ogółem: 75.02 g; Tłuszcz ogółem: 37.47 g; Węglowodany ogółem: 308.49 g; Kw. tł. nasycone: 10.07 g; Sól: 3.64 g; Sód: 998.03 mg; Błonnik: 21.65 g; W tym cukry: 81.38 g; WW: 31.09 Por; Potas: 3336.46 mg; Wapń: 522.18 mg; Fosfor: 995.84 mg; Żelazo: 6.50 mg; Magnez: 280.69 mg;

czwartek 2026-03-12 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Ryż brązowy na sypko 200g , Rolada z kurczaka z warzywami (włoszczyzna) 100g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE), Mizeria z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Rama bezmleczna 10 g 2g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy (150g) 1szt (SOJ),

Wartości odżywcze: Kcal: 2003.51 kcal; Białko ogółem: 67.41 g; Tłuszcz ogółem: 60.82 g; Węglowodany ogółem: 316.03 g; Kw. tł. nasycone: 15.03 g; Sól: 6.39 g; Sód: 1772.78 mg; Błonnik: 36.06 g; W tym cukry: 42.52 g; WW: 31.70 Por; Potas: 2754.93 mg; Wapń: 226.45 mg; Fosfor: 1047.18 mg; Żelazo: 9.80 mg; Magnez: 357.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-12		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 20g (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i tofu 300g (SOJ, SEL), Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1964.31 kcal; Białko ogółem: 72.54 g; Tłuszcz ogółem: 31.27 g; Węglowodany ogółem: 307.66 g; Kw. tł. nasycone: 13.97 g; Sól: 5.02 g; Sód: 1904.55 mg; Błonnik: 23.79 g; W tym cukry: 76.69 g; WW: 31.06 Por; Potas: 3437.48 mg; Wapń: 719.96 mg; Fosfor: 1070.41 mg; Żelazo: 9.01 mg; Magnez: 347.24 mg;

czwartek 2026-03-12		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), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Buraczki gotowane 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (MLE, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml , Rolada z kurczaka z warzywami (włoszczyzna) b/soli 100g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka b/soli 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2178.65 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz ogółem: 36.54 g; Węglowodany ogółem: 347.29 g; Kw. tł. nasycone: 13.04 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1176.45 mg; Błonnik: 21.37 g; W tym cukry: 82.63 g; WW: 35.08 Por; Potas: 3906.54 mg; Wapń: 586.07 mg; Fosfor: 1151.94 mg; Żelazo: 11.00 mg; Magnez: 295.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa grochowa z zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g ,	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 70g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.77 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz ogółem: 40.26 g; Węglowodany ogółem: 342.19 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 6.19 g; Sód: 1945.22 mg; Błonnik: 34.05 g; W tym cukry: 40.53 g; WW: 34.32 Por; Potas: 3103.04 mg; Wapń: 633.49 mg; Fosfor: 1107.21 mg; Żelazo: 10.57 mg; Magnez: 269.13 mg;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa grochowa z zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Melon żółty 150g ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Orzechy włoskie 5szt (<i>OZI</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.86 kcal; Białko ogółem: 95.90 g; Tłuszcz ogółem: 41.35 g; Węglowodany ogółem: 289.95 g; Kw. tł. nasycone: 16.62 g; Sól: 7.07 g; Sód: 1916.44 mg; Błonnik: 35.79 g; W tym cukry: 33.24 g; WW: 29.09 Por; Potas: 3071.44 mg; Wapń: 521.82 mg; Fosfor: 1105.30 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 306.86 mg;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2024.75 kcal; Białko ogółem: 79.97 g; Tłuszcz ogółem: 36.35 g; Węglowodany ogółem: 292.05 g; Kw. tł. nasycone: 17.07 g; Sól: 4.18 g; Sód: 1170.11 mg; Błonnik: 22.82 g; W tym cukry: 47.67 g; WW: 29.48 Por; Potas: 3679.57 mg; Wapń: 464.53 mg; Fosfor: 863.59 mg; Żelazo: 8.20 mg; Magnez: 214.18 mg;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1920.35 kcal; Białko ogółem: 81.01 g; Tłuszcz ogółem: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 282.26 g; Kw. tł. nasycone: 14.92 g; Sól: 4.17 g; Sód: 1170.11 mg; Błonnik: 22.82 g; W tym cukry: 47.67 g; WW: 28.48 Por; Potas: 3679.57 mg; Wapń: 464.53 mg; Fosfor: 863.59 mg; Żelazo: 8.20 mg; Magnez: 214.18 mg;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1598.85 kcal; Białko ogółem: 53.40 g; Tłuszcz ogółem: 43.17 g; Węglowodany ogółem: 211.66 g; Kw. tł. nasycone: 9.90 g; Sól: 1.91 g; Sód: 399.09 mg; Błonnik: 23.67 g; W tym cukry: 22.78 g; WW: 21.35 Por; Potas: 2984.95 mg; Wapń: 194.88 mg; Fosfor: 445.97 mg; Żelazo: 5.17 mg; Magnez: 136.56 mg;

piątek 2026-03-13 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>),

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;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 50g (SEL),	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ziemniaki puree 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) papka 100g (RYB), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Marchewka duszona (papka) 100g (GLU),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1897.02 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz ogółem: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 269.77 g; Kw. tł. nasycone: 18.18 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1231.67 mg; Błonnik: 21.56 g; W tym cukry: 34.81 g; WW: 27.25 Por; Potas: 3258.57 mg; Wapń: 429.06 mg; Fosfor: 833.45 mg; Żelazo: 7.25 mg; Magnez: 216.37 mg;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterkiem cytryny i koperkiem 200g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2166.26 kcal; Białko ogółem: 120.10 g; Tłuszcz ogółem: 54.42 g; Węglowodany ogółem: 266.07 g; Kw. tł. nasycone: 16.73 g; Sól: 5.19 g; Sód: 1711.09 mg; Błonnik: 20.73 g; W tym cukry: 34.72 g; WW: 26.86 Por; Potas: 3574.09 mg; Wapń: 878.49 mg; Fosfor: 1164.44 mg; Żelazo: 8.29 mg; Magnez: 216.26 mg;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg 40g (MLE), Szyńska delikatesowa drobiowa 20g , Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterkiem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry z koperkiem 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1957.95 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz ogółem: 35.50 g; Węglowodany ogółem: 260.22 g; Kw. tł. nasycone: 19.98 g; Sól: 4.83 g; Sód: 1415.26 mg; Błonnik: 19.19 g; W tym cukry: 30.65 g; WW: 26.25 Por; Potas: 3165.16 mg; Wapń: 423.24 mg; Fosfor: 800.43 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 189.03 mg;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg 40g (MLE), Szyńska delikatesowa drobiowa 20g , Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterkiem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy b/glu 70ml , Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.75 kcal; Białko ogółem: 67.69 g; Tłuszcz ogółem: 50.31 g; Węglowodany ogółem: 244.38 g; Kw. tł. nasycone: 11.99 g; Sól: 2.58 g; Sód: 468.87 mg; Błonnik: 24.32 g; W tym cukry: 30.53 g; WW: 24.60 Por; Potas: 3243.03 mg; Wapń: 377.84 mg; Fosfor: 611.43 mg; Żelazo: 5.52 mg; Magnez: 158.32 mg;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szyńska delikatesowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (SEL, S02), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterkiem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica miodowa drobiowa 40g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Galaretką z owocami 200g , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1571.16 kcal; Białko ogółem: 69.51 g; Tłuszcz ogółem: 47.12 g; Węglowodany ogółem: 227.34 g; Kw. tł. nasycone: 10.95 g; Sól: 6.44 g; Sód: 1544.56 mg; Błonnik: 26.72 g; W tym cukry: 38.66 g; WW: 22.91 Por; Potas: 2955.09 mg; Wapń: 198.96 mg; Fosfor: 521.33 mg; Żelazo: 7.62 mg; Magnez: 187.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-03-13		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa grochowa z zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.42 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; Tłuszcz ogółem: 43.04 g; Węglowodany ogółem: 293.58 g; Kw. tł. nasycone: 16.92 g; Sól: 5.25 g; Sód: 1919.32 mg; Błonnik: 32.92 g; W tym cukry: 33.26 g; WW: 29.39 Por; Potas: 2980.29 mg; Wapń: 663.49 mg; Fosfor: 1062.43 mg; Żelazo: 9.74 mg; Magnez: 258.74 mg;

piątek 2026-03-13		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli b/soli 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z kiszonej kapusty z marchewką 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>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1935.95 kcal; Białko ogółem: 81.71 g; Tłuszcz ogółem: 42.78 g; Węglowodany ogółem: 273.52 g; Kw. tł. nasycone: 13.11 g; Sól: 4.48 g; Sód: 1226.39 mg; Błonnik: 20.59 g; W tym cukry: 32.69 g; WW: 27.61 Por; Potas: 3453.75 mg; Wapń: 407.88 mg; Fosfor: 763.47 mg; Żelazo: 7.76 mg; Magnez: 194.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor 100g,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Kotlet mielony smażony 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g, Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 50g (GLU), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Podwieczorek: Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (GLU, SOJ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2084.63 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz ogółem: 61.03 g; Węglowodany ogółem: 253.64 g; Kw. tł. nasycone: 18.48 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2339.21 mg; Błonnik: 29.26 g; W tym cukry: 43.94 g; WW: 25.57 Por; Potas: 3795.69 mg; Wapń: 804.82 mg; Fosfor: 1199.22 mg; Żelazo: 11.98 mg; Magnez: 343.30 mg;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Pomidor 100g,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g, Salátka 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, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt, Herbata czarna b/c 250ml,	Podwieczorek: Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Marchew w słupkach 50g,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2039.98 kcal; Białko ogółem: 83.18 g; Tłuszcz ogółem: 63.99 g; Węglowodany ogółem: 249.93 g; Kw. tł. nasycone: 17.08 g; Sól: 7.29 g; Sód: 2467.39 mg; Błonnik: 34.84 g; W tym cukry: 37.74 g; WW: 25.19 Por; Potas: 4123.08 mg; Wapń: 853.95 mg; Fosfor: 1384.94 mg; Żelazo: 13.99 mg; Magnez: 414.39 mg;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt, Mandarynka 1szt,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g, Sos własny 60ml (GLU), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2039.94 kcal; Białko ogółem: 76.96 g; Tłuszcz ogółem: 46.35 g; Węglowodany ogółem: 287.95 g; Kw. tł. nasycone: 13.00 g; Sól: 4.56 g; Sód: 1139.66 mg; Błonnik: 18.67 g; W tym cukry: 41.79 g; WW: 29.08 Por; Potas: 3500.96 mg; Wapń: 486.21 mg; Fosfor: 878.91 mg; Żelazo: 10.08 mg; Magnez: 232.76 mg;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt, Mandarynka 1szt,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g, Sos własny 60ml (GLU), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1900.27 kcal; Białko ogółem: 80.61 g; Tłuszcz ogółem: 40.95 g; Węglowodany ogółem: 277.90 g; Kw. tł. nasycone: 9.62 g; Sól: 5.76 g; Sód: 1139.43 mg; Błonnik: 18.65 g; W tym cukry: 42.03 g; WW: 28.10 Por; Potas: 3496.79 mg; Wapń: 485.05 mg; Fosfor: 878.41 mg; Żelazo: 10.05 mg; Magnez: 232.34 mg;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Dżem szt - 25g 1szt, Banan 1szt,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g, Sos własny 60ml (GLU), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g, Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt, Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1949.92 kcal; Białko ogółem: 60.84 g; Tłuszcz ogółem: 44.27 g; Węglowodany ogółem: 290.64 g; Kw. tł. nasycone: 9.04 g; Sól: 3.40 g; Sód: 313.95 mg; Błonnik: 26.23 g; W tym cukry: 68.35 g; WW: 29.44 Por; Potas: 3899.66 mg; Wapń: 277.65 mg; Fosfor: 682.61 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 251.25 mg;

sobota 2026-03-14 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),	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;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Buraczki gotowane (papka) 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) (papka) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze (papka) 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki puree 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g (<i>SEL</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.18 kcal; Białko ogółem: 78.87 g; Tłuszcz ogółem: 40.84 g; Węglowodany ogółem: 263.28 g; Kw. tł. nasycone: 12.67 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1220.33 mg; Błonnik: 22.33 g; W tym cukry: 44.46 g; WW: 26.71 Por; Potas: 3871.65 mg; Wapń: 566.54 mg; Fosfor: 952.50 mg; Żelazo: 12.07 mg; Magnez: 256.08 mg;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 2 szt 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 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 60g (<i>SOJ</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Mandarynka 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2889.51 kcal; Białko ogółem: 129.12 g; Tłuszcz ogółem: 62.27 g; Węglowodany ogółem: 359.82 g; Kw. tł. nasycone: 35.91 g; Sól: 8.23 g; Sód: 1666.24 mg; Błonnik: 25.86 g; W tym cukry: 98.01 g; WW: 36.36 Por; Potas: 5069.04 mg; Wapń: 703.02 mg; Fosfor: 1396.20 mg; Żelazo: 13.88 mg; Magnez: 365.38 mg;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glutenu 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków 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>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2142.66 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz ogółem: 42.94 g; Węglowodany ogółem: 313.62 g; Kw. tł. nasycone: 10.87 g; Sól: 5.82 g; Sód: 1144.76 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 72.07 g; WW: 31.79 Por; Potas: 3992.33 mg; Wapń: 487.56 mg; Fosfor: 934.45 mg; Żelazo: 10.37 mg; Magnez: 282.20 mg;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1936.24 kcal; Białko ogółem: 59.40 g; Tłuszcz ogółem: 47.07 g; Węglowodany ogółem: 275.08 g; Kw. tł. nasycone: 9.54 g; Sól: 2.75 g; Sód: 213.11 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 63.09 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3824.06 mg; Wapń: 264.72 mg; Fosfor: 615.40 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 236.06 mg;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (<i>SOJ</i>),	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Pasta z mięsa drobiowego 50g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy (150g) 1szt (<i>SOJ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2102.10 kcal; Białko ogółem: 87.83 g; Tłuszcz ogółem: 65.51 g; Węglowodany ogółem: 301.46 g; Kw. tł. nasycone: 17.81 g; Sól: 6.18 g; Sód: 1098.57 mg; Błonnik: 22.24 g; W tym cukry: 28.35 g; WW: 30.48 Por; Potas: 3742.71 mg; Wapń: 248.91 mg; Fosfor: 805.86 mg; Żelazo: 11.67 mg; Magnez: 235.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-03-14		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 60g , Dżem szt - 25g 1szt, Banan 1szt ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1983.79 kcal; Białko ogółem: 54.73 g; Tłuszcz ogółem: 41.96 g; Węglowodany ogółem: 303.97 g; Kw. tł. nasycone: 10.21 g; Sól: 5.29 g; Sód: 1827.83 mg; Błonnik: 36.20 g; W tym cukry: 78.35 g; WW: 30.70 Por; Potas: 3800.34 mg; Wapń: 510.55 mg; Fosfor: 963.22 mg; Żelazo: 10.72 mg; Magnez: 359.68 mg;

sobota 2026-03-14		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem b/soli 100g , Fasolka szparagowa gotowana 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>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2217.72 kcal; Białko ogółem: 86.71 g; Tłuszcz ogółem: 42.77 g; Węglowodany ogółem: 332.72 g; Kw. tł. nasycone: 12.55 g; Sól: 5.94 g; Sód: 1154.70 mg; Błonnik: 22.86 g; W tym cukry: 75.79 g; WW: 33.75 Por; Potas: 4379.81 mg; Wapń: 547.05 mg; Fosfor: 983.78 mg; Żelazo: 11.58 mg; Magnez: 305.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt, Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pomidor 100g,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g, Kluski śląskie z olejem i cebulką 200g (JAJ), Marchewka z groszkiem duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twarożek z koperkiem 50g (MLE), Rzodkiewka biała 100g,
II Śniadanie: Jabłko 1szt,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30g (GLU, SOJ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2161.19 kcal; Białko ogółem: 74.66 g; Tłuszcz ogółem: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 319.48 g; Kw. tł. nasycone: 17.59 g; Sól: 5.17 g; Sód: 1342.29 mg; Błonnik: 34.96 g; W tym cukry: 69.64 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3314.95 mg; Wapń: 561.11 mg; Fosfor: 1162.68 mg; Żelazo: 10.29 mg; Magnez: 277.00 mg;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pomidor 100g,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Udko duszone z jabłkiem duszonym 100g, Ziemniaki 200g, Marchewka z groszkiem duszona 100g (GLU), Kompot owocowy b/c 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twarożek z koperkiem 50g (MLE), Rzodkiewka biała 100g,
II Śniadanie: Jabłko 1szt, Herbata czarna b/c 250ml,	Podwieczorek: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 1841.15 kcal; Białko ogółem: 78.68 g; Tłuszcz ogółem: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 259.33 g; Kw. tł. nasycone: 10.75 g; Sól: 5.64 g; Sód: 1380.31 mg; Błonnik: 39.06 g; W tym cukry: 47.59 g; WW: 26.01 Por; Potas: 3689.92 mg; Wapń: 512.24 mg; Fosfor: 1262.41 mg; Żelazo: 11.51 mg; Magnez: 320.50 mg;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 60g, Miód sztukowy 25g 1szt, Pomidor b/skóry 100g,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Udko duszone z jabłkiem duszonym 100g, Ziemniaki 200g, Marchewka z groszkiem duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twarożek z koperkiem 50g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 20g, Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1858.06 kcal; Białko ogółem: 74.67 g; Tłuszcz ogółem: 29.02 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; Kw. tł. nasycone: 12.25 g; Sól: 4.61 g; Sód: 1110.87 mg; Błonnik: 19.12 g; W tym cukry: 50.93 g; WW: 28.69 Por; Potas: 3215.63 mg; Wapń: 488.43 mg; Fosfor: 947.00 mg; Żelazo: 7.68 mg; Magnez: 207.96 mg;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 60g, Miód sztukowy 25g 1szt, Pomidor b/skóry 100g,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Udko duszone z jabłkiem duszonym 100g, Ziemniaki 200g, Marchewka z groszkiem duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twarożek z koperkiem 60g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g, Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1587.77 kcal; Białko ogółem: 69.23 g; Tłuszcz ogółem: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 251.52 g; Kw. tł. nasycone: 6.94 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1012.18 mg; Błonnik: 18.93 g; W tym cukry: 29.11 g; WW: 25.32 Por; Potas: 2814.85 mg; Wapń: 195.97 mg; Fosfor: 725.03 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 164.02 mg;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt, Pomidor b/skóry 100g, Mandarynka 1szt,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g, Ziemniaki 200g, Marchewka z groszkiem duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twarożek z koperkiem 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1852.20 kcal; Białko ogółem: 48.59 g; Tłuszcz ogółem: 52.75 g; Węglowodany ogółem: 251.90 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 0.99 g; Sód: 272.27 mg; Błonnik: 24.24 g; W tym cukry: 33.35 g; WW: 25.29 Por; Potas: 2829.22 mg; Wapń: 189.10 mg; Fosfor: 655.61 mg; Żelazo: 5.34 mg; Magnez: 147.62 mg;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
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 twarożkiem 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: 64.79 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;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Pasta warzywna 100g (SEL),	Zupa dyniowa z brązowym ryżem (papka) 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym (papka) 100g , Ziemniaki (papka) 200g , Marchewka duszona (papka) 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z koperkiem 50g (MLE), Pasta warzywna 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1839.53 kcal; Białko ogółem: 72.65 g; Tłuszcz ogółem: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 272.21 g; Kw. tł. nasycone: 13.13 g; Sól: 3.27 g; Sód: 1237.76 mg; Błonnik: 25.47 g; W tym cukry: 56.40 g; WW: 27.49 Por; Potas: 3287.00 mg; Wapń: 626.34 mg; Fosfor: 1155.63 mg; Żelazo: 8.35 mg; Magnez: 261.20 mg;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Polędwica ani drobiowa 80g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (MLE),	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 2 szt 200g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z koperkiem 100g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.30 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz ogółem: 51.77 g; Węglowodany ogółem: 273.79 g; Kw. tł. nasycone: 17.33 g; Sól: 6.72 g; Sód: 1252.31 mg; Błonnik: 20.08 g; W tym cukry: 63.04 g; WW: 27.59 Por; Potas: 3752.40 mg; Wapń: 693.42 mg; Fosfor: 1306.37 mg; Żelazo: 8.73 mg; Magnez: 246.59 mg;

niedziela 2026-03-15 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 80g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z koperkiem 60g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1858.82 kcal; Białko ogółem: 70.82 g; Tłuszcz ogółem: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 267.63 g; Kw. tł. nasycone: 11.80 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1101.17 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 46.21 g; WW: 26.96 Por; Potas: 2753.39 mg; Wapń: 486.74 mg; Fosfor: 932.74 mg; Żelazo: 7.00 mg; Magnez: 196.77 mg;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Ziemniaki 200g , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z koperkiem 60g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1829.40 kcal; Białko ogółem: 57.38 g; Tłuszcz ogółem: 42.77 g; Węglowodany ogółem: 259.33 g; Kw. tł. nasycone: 12.04 g; Sól: 2.19 g; Sód: 356.70 mg; Błonnik: 22.95 g; W tym cukry: 48.79 g; WW: 26.07 Por; Potas: 3008.80 mg; Wapń: 467.75 mg; Fosfor: 818.17 mg; Żelazo: 5.55 mg; Magnez: 173.24 mg;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor 100g ,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (SEL, S02), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Polędwica miodowa drobiowa 50g , Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1672.51 kcal; Białko ogółem: 71.91 g; Tłuszcz ogółem: 51.04 g; Węglowodany ogółem: 244.33 g; Kw. tł. nasycone: 13.04 g; Sól: 5.02 g; Sód: 1122.90 mg; Błonnik: 34.06 g; W tym cukry: 51.76 g; WW: 24.42 Por; Potas: 3472.61 mg; Wapń: 249.74 mg; Fosfor: 955.76 mg; Żelazo: 9.65 mg; Magnez: 259.10 mg;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Tofu z cebulą 100g (SOJ), Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml , Gruszka 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z koperkiem 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1898.76 kcal; Białko ogółem: 62.78 g; Tłuszcz ogółem: 38.65 g; Węglowodany ogółem: 286.25 g; Kw. tł. nasycone: 12.05 g; Sól: 4.56 g; Sód: 1153.25 mg; Błonnik: 31.94 g; W tym cukry: 67.91 g; WW: 28.70 Por; Potas: 3363.80 mg; Wapń: 530.72 mg; Fosfor: 992.85 mg; Żelazo: 9.05 mg; Magnez: 263.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-15		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 80g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z koperkiem 60g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1894.01 kcal; Białko ogółem: 84.13 g; Tłuszcz ogółem: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 279.29 g; Kw. tł. nasycone: 11.55 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1105.40 mg; Błonnik: 18.36 g; W tym cukry: 47.17 g; WW: 28.14 Por; Potas: 3323.95 mg; Wapń: 494.53 mg; Fosfor: 1059.77 mg; Żelazo: 7.49 mg; Magnez: 225.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem zabieleną (100g mięsa, 80g sos) 180g (GLU, MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (GLU, SOJ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Połędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2069.13 kcal; Białko ogółem: 90.11 g; Tłuszcz ogółem: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 299.39 g; Kw. tł. nasycone: 13.52 g; Sól: 7.15 g; Sód: 1942.06 mg; Błonnik: 34.11 g; W tym cukry: 63.64 g; WW: 30.03 Por; Potas: 3230.87 mg; Wapń: 609.30 mg; Fosfor: 1281.15 mg; Żelazo: 10.66 mg; Magnez: 312.11 mg;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem zabieleną (100g mięsa, 80g sos) 180g (GLU, MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , 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, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Połędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ), Herbata czarna b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2056.88 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz ogółem: 42.65 g; Węglowodany ogółem: 292.41 g; Kw. tł. nasycone: 12.73 g; Sól: 7.19 g; Sód: 1999.01 mg; Błonnik: 37.46 g; W tym cukry: 54.91 g; WW: 29.34 Por; Potas: 3418.77 mg; Wapń: 633.25 mg; Fosfor: 1452.75 mg; Żelazo: 12.24 mg; Magnez: 371.91 mg;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem zabieleną (100g mięsa, 80g sos) 180g (GLU, MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1978.85 kcal; Białko ogółem: 87.06 g; Tłuszcz ogółem: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 306.99 g; Kw. tł. nasycone: 11.08 g; Sól: 8.43 g; Sód: 1838.55 mg; Błonnik: 21.77 g; W tym cukry: 43.56 g; WW: 30.95 Por; Potas: 2888.72 mg; Wapń: 531.13 mg; Fosfor: 973.89 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 241.92 mg;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem zabieleną (100g mięsa, 80g sos) 180g (GLU, MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1874.45 kcal; Białko ogółem: 88.10 g; Tłuszcz ogółem: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 297.20 g; Kw. tł. nasycone: 8.93 g; Sól: 8.42 g; Sód: 1838.55 mg; Błonnik: 21.77 g; W tym cukry: 43.56 g; WW: 29.95 Por; Potas: 2888.72 mg; Wapń: 531.13 mg; Fosfor: 973.89 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 241.92 mg;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g , Koktajl warzywny 200ml ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem zabieleną (100g mięsa, 80g sos) 180g (GLU, MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.84 kcal; Białko ogółem: 85.53 g; Tłuszcz ogółem: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 321.42 g; Kw. tł. nasycone: 11.09 g; Sól: 7.76 g; Sód: 1848.25 mg; Błonnik: 24.30 g; W tym cukry: 54.09 g; WW: 32.41 Por; Potas: 3126.22 mg; Wapń: 554.28 mg; Fosfor: 999.69 mg; Żelazo: 9.45 mg; Magnez: 252.82 mg;

poniedziałek 2026-03-16 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;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny z zieleciną 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g (SEL),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (papka) 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko (papka) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pasta warzywna 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1846.33 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz ogółem: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 282.12 g; Kw. tł. nasycone: 10.10 g; Sól: 5.82 g; Sód: 1226.45 mg; Błonnik: 23.52 g; W tym cukry: 47.92 g; WW: 28.47 Por; Potas: 2839.33 mg; Wapń: 597.67 mg; Fosfor: 1011.58 mg; Żelazo: 8.26 mg; Magnez: 212.73 mg;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Twaróg 50g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g , Koktajl warzywny 200ml ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem zabieleną (100g mięsa, 80g sos) 180g (GLU, MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2044.84 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz ogółem: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 313.57 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 7.82 g; Sód: 1870.25 mg; Błonnik: 24.30 g; W tym cukry: 55.69 g; WW: 31.61 Por; Potas: 3182.72 mg; Wapń: 601.28 mg; Fosfor: 1113.19 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 257.32 mg;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem zabieleną (100g mięsa, 80g sos) 180g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1673.77 kcal; Białko ogółem: 74.06 g; Tłuszcz ogółem: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 251.74 g; Kw. tł. nasycone: 6.36 g; Sól: 5.68 g; Sód: 1018.20 mg; Błonnik: 20.00 g; W tym cukry: 24.52 g; WW: 25.36 Por; Potas: 2267.92 mg; Wapń: 207.68 mg; Fosfor: 719.29 mg; Żelazo: 7.80 mg; Magnez: 164.12 mg;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g , Koktajl warzywny 200ml ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) b/glu 180g (SEL), Ryż biały na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 40g , Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1731.92 kcal; Białko ogółem: 65.54 g; Tłuszcz ogółem: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 265.45 g; Kw. tł. nasycone: 6.31 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1014.21 mg; Błonnik: 25.90 g; W tym cukry: 33.84 g; WW: 26.70 Por; Potas: 2588.28 mg; Wapń: 207.70 mg; Fosfor: 679.32 mg; Żelazo: 6.72 mg; Magnez: 188.12 mg;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Pomidor 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica drobiowa z majerankiem 60g (SOJ), Hummus 60g 0.5szt (SEZ), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt, Herbata czarna z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy (150g) 1szt (SOJ),

Wartości odżywcze: Kcal: 1854.14 kcal; Białko ogółem: 73.61 g; Tłuszcz ogółem: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 292.21 g; Kw. tł. nasycone: 15.00 g; Sól: 7.33 g; Sód: 1644.76 mg; Błonnik: 29.56 g; W tym cukry: 44.59 g; WW: 29.36 Por; Potas: 2527.76 mg; Wapń: 186.94 mg; Fosfor: 855.74 mg; Żelazo: 8.76 mg; Magnez: 257.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-03-16		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka warzywna z ciecierzycą i groszkiem 180g (<i>MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 60g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1802.93 kcal; Białko ogółem: 59.29 g; Tłuszcz ogółem: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 273.26 g; Kw. tł. nasycone: 10.74 g; Sól: 6.94 g; Sód: 2455.00 mg; Błonnik: 32.78 g; W tym cukry: 44.85 g; WW: 27.53 Por; Potas: 2704.19 mg; Wapń: 590.02 mg; Fosfor: 1030.10 mg; Żelazo: 9.23 mg; Magnez: 302.96 mg;

poniedziałek 2026-03-16		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szyńka delikatna z fileta 60g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g , Koktajl warzywny 200ml ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem zabieleną (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Polędwica miodowa drobiowa 50g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2033.43 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz ogółem: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 318.89 g; Kw. tł. nasycone: 11.57 g; Sól: 8.89 g; Sód: 1813.06 mg; Błonnik: 22.16 g; W tym cukry: 52.39 g; WW: 32.18 Por; Potas: 2962.67 mg; Wapń: 533.15 mg; Fosfor: 971.25 mg; Żelazo: 9.04 mg; Magnez: 242.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa kapuśniak z mieszanej kapusty z ziemniakami 300ml (SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Banan 1szt ,	Podwieczorek: Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2316.69 kcal; Białko ogółem: 88.91 g; Tłuszcz ogółem: 61.12 g; Węglowodany ogółem: 315.28 g; Kw. tł. nasycone: 21.55 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1770.13 mg; Błonnik: 33.33 g; W tym cukry: 84.73 g; WW: 31.59 Por; Potas: 4156.90 mg; Wapń: 1078.91 mg; Fosfor: 1574.89 mg; Żelazo: 11.79 mg; Magnez: 364.21 mg;

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa kapuśniak z mieszanej kapusty z ziemniakami 300ml (SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 30g (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.78 kcal; Białko ogółem: 87.63 g; Tłuszcz ogółem: 66.10 g; Węglowodany ogółem: 250.03 g; Kw. tł. nasycone: 19.45 g; Sól: 6.34 g; Sód: 1873.54 mg; Błonnik: 36.52 g; W tym cukry: 43.29 g; WW: 24.98 Por; Potas: 3491.64 mg; Wapń: 1013.52 mg; Fosfor: 1582.74 mg; Żelazo: 12.34 mg; Magnez: 343.54 mg;

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Pomidor b/skóry z koperkiem 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2207.31 kcal; Białko ogółem: 81.50 g; Tłuszcz ogółem: 47.80 g; Węglowodany ogółem: 330.11 g; Kw. tł. nasycone: 13.42 g; Sól: 3.07 g; Sód: 1044.94 mg; Błonnik: 19.56 g; W tym cukry: 69.88 g; WW: 33.34 Por; Potas: 3502.73 mg; Wapń: 492.26 mg; Fosfor: 1061.12 mg; Żelazo: 8.63 mg; Magnez: 269.47 mg;

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	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 z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.32 kcal; Białko ogółem: 81.56 g; Tłuszcz ogółem: 47.00 g; Węglowodany ogółem: 330.54 g; Kw. tł. nasycone: 12.88 g; Sól: 3.06 g; Sód: 1045.93 mg; Błonnik: 19.72 g; W tym cukry: 70.22 g; WW: 33.39 Por; Potas: 3538.15 mg; Wapń: 493.59 mg; Fosfor: 1063.84 mg; Żelazo: 8.70 mg; Magnez: 270.49 mg;

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	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 z koperkiem 90g , Biszkoty 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),

Wartości odżywcze: Kcal: 1934.12 kcal; Białko ogółem: 49.78 g; Tłuszcz ogółem: 46.88 g; Węglowodany ogółem: 275.68 g; Kw. tł. nasycone: 8.73 g; Sól: 0.83 g; Sód: 169.26 mg; Błonnik: 23.32 g; W tym cukry: 54.91 g; WW: 27.81 Por; Potas: 2885.39 mg; Wapń: 150.10 mg; Fosfor: 640.43 mg; Żelazo: 5.90 mg; Magnez: 197.92 mg;

wtorek 2026-03-17 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 , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	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: 1558.19 kcal; Białko ogółem: 81.36 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 1.25 g; Sód: 379.49 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2948.65 mg; Wapń: 442.85 mg; Fosfor: 1166.39 mg; Żelazo: 6.91 mg; Magnez: 238.59 mg;

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Pasta z wędliny z zieleniną 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa kapuśniak z mieszanej kapusty z ziemniakami (papka) 300ml (SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g, Kompot owocowy 250ml, Udko z kurczaka pieczone 100g,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1857.97 kcal; Białko ogółem: 78.58 g; Tłuszcz ogółem: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 284.95 g; Kw. tł. nasycone: 12.17 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1182.10 mg; Błonnik: 23.09 g; W tym cukry: 39.64 g; WW: 28.70 Por; Potas: 3027.62 mg; Wapń: 562.04 mg; Fosfor: 1070.45 mg; Żelazo: 8.73 mg; Magnez: 226.06 mg;

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Szynka złociста 40g (SOJ, MLE, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g, Banan 1szt,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g, Kompot owocowy 250ml, Sos pomidorowy 70ml (GLU), Udko z kurczaka pieczone 100g,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g, Biszkopty 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2450.59 kcal; Białko ogółem: 102.38 g; Tłuszcz ogółem: 54.89 g; Węglowodany ogółem: 325.55 g; Kw. tł. nasycone: 14.99 g; Sól: 3.79 g; Sód: 1117.38 mg; Błonnik: 20.53 g; W tym cukry: 76.73 g; WW: 32.86 Por; Potas: 3751.02 mg; Wapń: 666.21 mg; Fosfor: 1321.99 mg; Żelazo: 9.01 mg; Magnez: 288.79 mg;

wtorek 2026-03-17 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), Dżem szt - 25g 1szt, Szynka złociста 40g (SOJ, MLE, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Kompot owocowy 250ml, Udko z kurczaka pieczone 100g,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 50g, Biszkopty 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1944.93 kcal; Białko ogółem: 76.78 g; Tłuszcz ogółem: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 267.09 g; Kw. tł. nasycone: 10.31 g; Sól: 3.52 g; Sód: 1022.84 mg; Błonnik: 14.82 g; W tym cukry: 27.78 g; WW: 26.90 Por; Potas: 2358.98 mg; Wapń: 433.97 mg; Fosfor: 943.08 mg; Żelazo: 6.86 mg; Magnez: 187.62 mg;

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Szynka złociста 60g (SOJ, MLE, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g, Banan 1szt,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Ryż biały na sypko 200g, Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g, Kompot owocowy 250ml, Udko z kurczaka pieczone 100g,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 90g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1915.17 kcal; Białko ogółem: 54.09 g; Tłuszcz ogółem: 43.94 g; Węglowodany ogółem: 286.55 g; Kw. tł. nasycone: 10.15 g; Sól: 1.27 g; Sód: 166.92 mg; Błonnik: 19.72 g; W tym cukry: 53.01 g; WW: 28.90 Por; Potas: 2629.79 mg; Wapń: 135.07 mg; Fosfor: 587.43 mg; Żelazo: 5.07 mg; Magnez: 168.33 mg;

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Dżem szt - 25g 1szt, Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Rzodkiewka biała 100g, Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ),	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g, Kompot owocowy 250ml, Udko z kurczaka pieczone 100g,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Szynka delikatesowa drobiowa 50g, Pomidor 100g,
II Śniadanie: Jabłko 1szt, Herbata czarna z cukrem 250ml,		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy (150g) 1szt (SOJ),

Wartości odżywcze: Kcal: 1937.32 kcal; Białko ogółem: 70.25 g; Tłuszcz ogółem: 68.36 g; Węglowodany ogółem: 278.77 g; Kw. tł. nasycone: 18.36 g; Sól: 5.66 g; Sód: 1024.21 mg; Błonnik: 32.70 g; W tym cukry: 42.90 g; WW: 27.87 Por; Potas: 2799.03 mg; Wapń: 191.38 mg; Fosfor: 866.44 mg; Żelazo: 10.13 mg; Magnez: 228.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-03-17			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,			Zupa kapuśniak z mieszanej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>),		
			Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		
			Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),		

Wartości odżywcze: Kcal: 2047.29 kcal; Białko ogółem: 68.00 g; Tłuszcz ogółem: 54.16 g; Węglowodany ogółem: 267.37 g; Kw. tł. nasycone: 16.07 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1544.42 mg; Błonnik: 29.96 g; W tym cukry: 39.02 g; WW: 26.86 Por; Potas: 2781.46 mg; Wapń: 855.83 mg; Fosfor: 1218.92 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 261.00 mg;

wtorek 2026-03-17			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
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>), Dżem szt - 25g 1szt , Szyńka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,			Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy b/soli 70ml (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,		
			Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 90g , Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		
			Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),		

Wartości odżywcze: Kcal: 2286.76 kcal; Białko ogółem: 79.43 g; Tłuszcz ogółem: 48.15 g; Węglowodany ogółem: 329.41 g; Kw. tł. nasycone: 12.89 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1036.01 mg; Błonnik: 20.14 g; W tym cukry: 69.22 g; WW: 33.26 Por; Potas: 3476.79 mg; Wapń: 472.35 mg; Fosfor: 1018.08 mg; Żelazo: 8.57 mg; Magnez: 267.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Serek kanapkowy 40g (MLE), Ketchup 10g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Kotlet pożarski smażony 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 50g (RYB, SEL), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (GLU, SOJ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 20g (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2516.12 kcal; Białko ogółem: 80.43 g; Tłuszcz ogółem: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 308.71 g; Kw. tł. nasycone: 28.76 g; Sól: 5.77 g; Sód: 2171.90 mg; Błonnik: 32.85 g; W tym cukry: 60.87 g; WW: 30.92 Por; Potas: 3727.05 mg; Wapń: 650.37 mg; Fosfor: 1382.76 mg; Żelazo: 13.09 mg; Magnez: 338.14 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 10g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 50g (RYB, SEL), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 20g (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2350.67 kcal; Białko ogółem: 82.42 g; Tłuszcz ogółem: 74.05 g; Węglowodany ogółem: 277.80 g; Kw. tł. nasycone: 27.93 g; Sól: 5.87 g; Sód: 2242.46 mg; Błonnik: 34.45 g; W tym cukry: 49.72 g; WW: 27.85 Por; Potas: 3860.60 mg; Wapń: 722.13 mg; Fosfor: 1469.02 mg; Żelazo: 13.39 mg; Magnez: 363.32 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 70ml (GLU), Ziemniaki z pietruszką 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , 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) 40g (RYB, SEL), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.70 kcal; Białko ogółem: 76.45 g; Tłuszcz ogółem: 43.87 g; Węglowodany ogółem: 284.36 g; Kw. tł. nasycone: 22.13 g; Sól: 6.69 g; Sód: 1989.86 mg; Błonnik: 17.94 g; W tym cukry: 32.49 g; WW: 28.66 Por; Potas: 3056.18 mg; Wapń: 408.31 mg; Fosfor: 992.22 mg; Żelazo: 9.87 mg; Magnez: 270.36 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szynka delikatna z fileta 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Sos koperkowy 70ml (GLU), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2029.00 kcal; Białko ogółem: 75.73 g; Tłuszcz ogółem: 43.41 g; Węglowodany ogółem: 274.97 g; Kw. tł. nasycone: 19.91 g; Sól: 6.44 g; Sód: 1990.66 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 32.61 g; WW: 27.70 Por; Potas: 3082.98 mg; Wapń: 413.11 mg; Fosfor: 996.42 mg; Żelazo: 10.01 mg; Magnez: 272.16 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 70ml (GLU),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1686.49 kcal; Białko ogółem: 43.54 g; Tłuszcz ogółem: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 243.07 g; Kw. tł. nasycone: 6.16 g; Sól: 3.57 g; Sód: 965.66 mg; Błonnik: 19.92 g; W tym cukry: 21.49 g; WW: 24.51 Por; Potas: 2500.78 mg; Wapń: 159.41 mg; Fosfor: 528.02 mg; Żelazo: 6.39 mg; Magnez: 175.46 mg;

środa 2026-03-18 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),	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 2026-03-18 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Pasta z wędliny 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa jarzynowa (kalafior, brokuł) z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze mix 100g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 70ml (GLU), Ziemniaki z pietruszką 200g , Buraczki gotowane puree 100g , 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) 40g (RYB, SEL), Pasta z wędliny i mięsa 50g (JAJ, GOR),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2077.45 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz ogółem: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 278.92 g; Kw. tł. nasycone: 21.52 g; Sól: 5.60 g; Sód: 1348.06 mg; Błonnik: 21.07 g; W tym cukry: 33.72 g; WW: 28.17 Por; Potas: 3408.22 mg; Wapń: 413.95 mg; Fosfor: 1003.92 mg; Żelazo: 10.08 mg; Magnez: 256.86 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , 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) 40g (RYB, SEL), Szyńka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2094.67 kcal; Białko ogółem: 87.81 g; Tłuszcz ogółem: 42.89 g; Węglowodany ogółem: 299.09 g; Kw. tł. nasycone: 10.56 g; Sól: 5.82 g; Sód: 1850.65 mg; Błonnik: 18.71 g; W tym cukry: 36.57 g; WW: 30.17 Por; Potas: 3236.49 mg; Wapń: 524.41 mg; Fosfor: 1196.02 mg; Żelazo: 10.40 mg; Magnez: 292.63 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyńka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Miód sztukowy 25g 1szt , Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 70ml (GLU), Ziemniaki z pietruszką 200g , Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , 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) 40g (RYB, SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1847.37 kcal; Białko ogółem: 62.21 g; Tłuszcz ogółem: 37.48 g; Węglowodany ogółem: 273.15 g; Kw. tł. nasycone: 5.89 g; Sól: 4.80 g; Sód: 1368.32 mg; Błonnik: 15.30 g; W tym cukry: 27.91 g; WW: 27.52 Por; Potas: 2561.52 mg; Wapń: 181.69 mg; Fosfor: 677.44 mg; Żelazo: 8.36 mg; Magnez: 190.72 mg;

środa 2026-03-18 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), Miód sztukowy 25g 1szt , Szyńka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glutenu 100g (JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.22 kcal; Białko ogółem: 69.17 g; Tłuszcz ogółem: 52.14 g; Węglowodany ogółem: 265.87 g; Kw. tł. nasycone: 13.51 g; Sól: 5.03 g; Sód: 1352.80 mg; Błonnik: 20.54 g; W tym cukry: 29.43 g; WW: 26.78 Por; Potas: 2747.44 mg; Wapń: 666.73 mg; Fosfor: 849.04 mg; Żelazo: 6.54 mg; Magnez: 201.80 mg;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 10g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Banan 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2063.82 kcal; Białko ogółem: 79.59 g; Tłuszcz ogółem: 75.44 g; Węglowodany ogółem: 270.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.96 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1640.56 mg; Błonnik: 26.24 g; W tym cukry: 65.80 g; WW: 27.34 Por; Potas: 4009.23 mg; Wapń: 246.40 mg; Fosfor: 1006.15 mg; Żelazo: 10.62 mg; Magnez: 302.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-18		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1971.69 kcal; Białko ogółem: 55.29 g; Tłuszcz ogółem: 43.40 g; Węglowodany ogółem: 292.02 g; Kw. tł. nasycone: 9.83 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1832.54 mg; Błonnik: 33.13 g; W tym cukry: 36.30 g; WW: 29.39 Por; Potas: 2947.63 mg; Wapń: 454.48 mg; Fosfor: 1040.40 mg; Żelazo: 10.48 mg; Magnez: 311.45 mg;

środa 2026-03-18		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 40g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sos pomidorowy b/soli 70ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 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>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2018.20 kcal; Białko ogółem: 70.46 g; Tłuszcz ogółem: 43.70 g; Węglowodany ogółem: 295.19 g; Kw. tł. nasycone: 9.68 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1063.28 mg; Błonnik: 17.88 g; W tym cukry: 33.21 g; WW: 29.78 Por; Potas: 3079.68 mg; Wapń: 367.19 mg; Fosfor: 896.76 mg; Żelazo: 9.73 mg; Magnez: 228.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko 200g , Kociołek meksykański z kruczakiem i kukurydzą 180g (<i>GLU, SEL</i>), Surówka Coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Babka 40g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2111.96 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 313.00 g; Kw. tł. nasycone: 15.69 g; Sól: 7.47 g; Sód: 2229.76 mg; Błonnik: 30.15 g; W tym cukry: 64.63 g; WW: 31.36 Por; Potas: 3326.31 mg; Wapń: 799.00 mg; Fosfor: 1431.73 mg; Żelazo: 10.16 mg; Magnez: 312.12 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kociołek meksykański z kruczakiem i kukurydzą 180g (<i>GLU, SEL</i>), Surówka Coleslaw 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, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Orzechy włoskie 5szt (<i>OZI</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2159.57 kcal; Białko ogółem: 96.22 g; Tłuszcz ogółem: 50.39 g; Węglowodany ogółem: 301.00 g; Kw. tł. nasycone: 15.90 g; Sól: 8.44 g; Sód: 2505.42 mg; Błonnik: 42.05 g; W tym cukry: 45.37 g; WW: 30.19 Por; Potas: 3753.66 mg; Wapń: 902.03 mg; Fosfor: 1749.79 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 485.64 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Banan 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż biały na sypko 200g , 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatkowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2284.67 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz ogółem: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 366.01 g; Kw. tł. nasycone: 19.34 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1269.85 mg; Błonnik: 24.22 g; W tym cukry: 76.64 g; WW: 36.92 Por; Potas: 3500.58 mg; Wapń: 409.03 mg; Fosfor: 1044.52 mg; Żelazo: 8.76 mg; Magnez: 274.23 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 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 delikatkowa drobiowa 30g , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż biały na sypko 200g , 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 delikatkowa drobiowa 30g , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2180.27 kcal; Białko ogółem: 83.05 g; Tłuszcz ogółem: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 356.22 g; Kw. tł. nasycone: 17.19 g; Sól: 5.66 g; Sód: 1269.85 mg; Błonnik: 24.22 g; W tym cukry: 76.64 g; WW: 35.92 Por; Potas: 3500.58 mg; Wapń: 409.03 mg; Fosfor: 1044.52 mg; Żelazo: 8.76 mg; Magnez: 274.23 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż biały na sypko 200g , 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2237.07 kcal; Białko ogółem: 59.73 g; Tłuszcz ogółem: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 368.91 g; Kw. tł. nasycone: 17.84 g; Sól: 2.96 g; Sód: 513.85 mg; Błonnik: 31.39 g; W tym cukry: 107.13 g; WW: 37.29 Por; Potas: 4044.98 mg; Wapń: 385.43 mg; Fosfor: 911.52 mg; Żelazo: 7.15 mg; Magnez: 299.63 mg;

czwartek 2026-03-19 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>),

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 2026-03-19 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z wędliny 60g (SOJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa krem z dyni 300ml (GLU, MLE), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli mix 180g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Marchewka duszona mix 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pasta z wędliny 50g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2178.87 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz ogółem: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 313.03 g; Kw. tł. nasycone: 24.45 g; Sól: 6.43 g; Sód: 1455.91 mg; Błonnik: 27.67 g; W tym cukry: 41.40 g; WW: 31.56 Por; Potas: 2925.18 mg; Wapń: 497.13 mg; Fosfor: 1064.43 mg; Żelazo: 8.96 mg; Magnez: 226.19 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 200g , 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), Serek wiejski 80g (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2407.97 kcal; Białko ogółem: 104.65 g; Tłuszcz ogółem: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 394.91 g; Kw. tł. nasycone: 12.02 g; Sól: 6.01 g; Sód: 1452.65 mg; Błonnik: 27.59 g; W tym cukry: 114.04 g; WW: 39.93 Por; Potas: 4396.98 mg; Wapń: 532.63 mg; Fosfor: 1303.92 mg; Żelazo: 9.51 mg; Magnez: 346.03 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Pomidor b/skóry 50g , Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 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), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1987.45 kcal; Białko ogółem: 68.54 g; Tłuszcz ogółem: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 300.92 g; Kw. tł. nasycone: 20.15 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1212.71 mg; Błonnik: 17.05 g; W tym cukry: 58.51 g; WW: 30.32 Por; Potas: 3062.68 mg; Wapń: 178.20 mg; Fosfor: 816.94 mg; Żelazo: 7.27 mg; Magnez: 221.40 mg;

czwartek 2026-03-19 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 ani drobiowa 60g (SOJ), Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli i b/glu 180g (SEL), 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), Serek kanapkowy 60g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2364.27 kcal; Białko ogółem: 65.30 g; Tłuszcz ogółem: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 370.93 g; Kw. tł. nasycone: 22.79 g; Sól: 3.25 g; Sód: 591.75 mg; Błonnik: 30.59 g; W tym cukry: 107.37 g; WW: 37.47 Por; Potas: 3972.18 mg; Wapń: 389.48 mg; Fosfor: 869.72 mg; Żelazo: 6.64 mg; Magnez: 286.78 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Ogórek kiszony 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ),	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociołek meksykański z kruczakiem i kukurydzą 180g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1985.83 kcal; Białko ogółem: 77.17 g; Tłuszcz ogółem: 50.95 g; Węglowodany ogółem: 308.26 g; Kw. tł. nasycone: 12.56 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1858.25 mg; Błonnik: 28.54 g; W tym cukry: 50.95 g; WW: 30.86 Por; Potas: 2884.16 mg; Wapń: 191.51 mg; Fosfor: 969.27 mg; Żelazo: 8.47 mg; Magnez: 254.75 mg;

czwartek 2026-03-19 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, SEZ), Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (MLE), Ogórek kiszony 90g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z fasolą b/mięsa wege 200g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2126.38 kcal; Białko ogółem: 61.93 g; Tłuszcz ogółem: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 311.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.80 g; Sól: 6.58 g; Sód: 2472.07 mg; Błonnik: 35.12 g; W tym cukry: 43.21 g; WW: 31.25 Por; Potas: 2943.74 mg; Wapń: 920.74 mg; Fosfor: 1220.89 mg; Żelazo: 8.93 mg; Magnez: 284.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-19		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>), Połędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kociolatek meksykański z kurczkiem b/fasoli i b/soli 180g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Ryż biały na sypko 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 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>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2415.47 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 391.90 g; Kw. tł. nasycone: 23.98 g; Sól: 5.05 g; Sód: 1350.41 mg; Błonnik: 27.35 g; W tym cukry: 109.93 g; WW: 39.64 Por; Potas: 4271.08 mg; Wapń: 425.40 mg; Fosfor: 1070.62 mg; Żelazo: 9.31 mg; Magnez: 335.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka kajzerka 1szt (GLU, SOJ, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miódowa drobiowa 20g, Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Majonez 10g (JAJ, GOR), Rzodkiewka biała 100g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Ryba smażona w panierce (miruna) 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki 200g, Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z natką 40g (MLE), Pomidor 100g,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml, Melon żółty 150g,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (GLU, SOJ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2354.10 kcal; Białko ogółem: 82.26 g; Tłuszcz ogółem: 68.41 g; Węglowodany ogółem: 294.70 g; Kw. tł. nasycone: 13.68 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1228.32 mg; Błonnik: 28.93 g; W tym cukry: 46.10 g; WW: 29.48 Por; Potas: 3110.51 mg; Wapń: 523.21 mg; Fosfor: 842.95 mg; Żelazo: 8.80 mg; Magnez: 238.07 mg;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka grahamka 1szt (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Polędwica miódowa drobiowa 40g, Rzodkiewka biała 100g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 100g, Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Herbata b/c 250ml, Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z natką 50g (MLE), Pomidor 100g,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml, Melon żółty 100g,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (GLU, SOJ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2025.57 kcal; Białko ogółem: 88.66 g; Tłuszcz ogółem: 53.87 g; Węglowodany ogółem: 252.87 g; Kw. tł. nasycone: 11.93 g; Sól: 6.09 g; Sód: 1658.80 mg; Błonnik: 31.74 g; W tym cukry: 42.18 g; WW: 25.27 Por; Potas: 2936.11 mg; Wapń: 569.05 mg; Fosfor: 1065.26 mg; Żelazo: 11.08 mg; Magnez: 311.27 mg;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 50g (GLU), Bułka kajzerka 1szt (GLU, SOJ, MLE), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miódowa drobiowa 60g, Dżem szt - 25g 1szt, Pomidor b/skóry 100g, Galaretka z owocami 200g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g, Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z natką 40g (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (SOJ), Pomidor b/skóry 90g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1960.41 kcal; Białko ogółem: 81.15 g; Tłuszcz ogółem: 33.60 g; Węglowodany ogółem: 295.69 g; Kw. tł. nasycone: 10.66 g; Sól: 4.36 g; Sód: 819.06 mg; Błonnik: 18.20 g; W tym cukry: 54.56 g; WW: 29.81 Por; Potas: 2906.46 mg; Wapń: 460.84 mg; Fosfor: 663.71 mg; Żelazo: 6.36 mg; Magnez: 177.26 mg;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 50g (GLU), Bułka kajzerka 1szt (GLU, SOJ, MLE), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica miódowa drobiowa 60g, Dżem szt - 25g 1szt, Pomidor b/skóry 100g, Galaretka z owocami 200g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g, Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg z natką 40g (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1812.52 kcal; Białko ogółem: 77.99 g; Tłuszcz ogółem: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 284.18 g; Kw. tł. nasycone: 9.05 g; Sól: 4.08 g; Sód: 800.49 mg; Błonnik: 18.55 g; W tym cukry: 42.78 g; WW: 28.66 Por; Potas: 2804.27 mg; Wapń: 406.30 mg; Fosfor: 603.76 mg; Żelazo: 5.95 mg; Magnez: 156.42 mg;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miódowa drobiowa 60g, Buraczki gotowane plastry 100g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 70g (RYB), Ziemniaki 200g, Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Twaróg z natką 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1631.61 kcal; Białko ogółem: 50.30 g; Tłuszcz ogółem: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 238.83 g; Kw. tł. nasycone: 9.26 g; Sól: 2.27 g; Sód: 291.80 mg; Błonnik: 20.78 g; W tym cukry: 51.90 g; WW: 24.13 Por; Potas: 2744.09 mg; Wapń: 466.08 mg; Fosfor: 542.12 mg; Żelazo: 5.73 mg; Magnez: 156.25 mg;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
Herbata 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 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;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 50g (GLU), Bułka kajzerka 1szt (GLU, SOJ, MLE), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa ziemniaczanami 300ml (MLE, SEL), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) mix 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z natką 40g (MLE), Pasta z wędliny z koperkiem 40g (SOJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1910.24 kcal; Białko ogółem: 82.66 g; Tłuszcz ogółem: 27.50 g; Węglowodany ogółem: 298.59 g; Kw. tł. nasycone: 10.09 g; Sól: 4.96 g; Sód: 915.38 mg; Błonnik: 21.80 g; W tym cukry: 45.04 g; WW: 30.19 Por; Potas: 3188.44 mg; Wapń: 502.31 mg; Fosfor: 796.90 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 213.98 mg;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterkiem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z natką 60g (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2100.03 kcal; Białko ogółem: 96.41 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 252.60 g; Kw. tł. nasycone: 26.35 g; Sól: 5.82 g; Sód: 1673.36 mg; Błonnik: 17.05 g; W tym cukry: 55.55 g; WW: 25.50 Por; Potas: 3045.17 mg; Wapń: 950.11 mg; Fosfor: 1039.57 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 213.69 mg;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterkiem 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), Twaróg z natką 50g (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1550.25 kcal; Białko ogółem: 68.23 g; Tłuszcz ogółem: 26.35 g; Węglowodany ogółem: 215.65 g; Kw. tł. nasycone: 5.45 g; Sól: 4.30 g; Sód: 888.56 mg; Błonnik: 13.04 g; W tym cukry: 24.59 g; WW: 21.78 Por; Potas: 2166.76 mg; Wapń: 173.82 mg; Fosfor: 431.55 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 131.84 mg;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterkiem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z natką 50g (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1617.84 kcal; Białko ogółem: 56.31 g; Tłuszcz ogółem: 33.92 g; Węglowodany ogółem: 232.60 g; Kw. tł. nasycone: 6.29 g; Sól: 2.57 g; Sód: 195.79 mg; Błonnik: 22.48 g; W tym cukry: 38.65 g; WW: 23.42 Por; Potas: 2505.67 mg; Wapń: 209.47 mg; Fosfor: 342.57 mg; Żelazo: 5.61 mg; Magnez: 124.47 mg;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica miodowa drobiowa 40g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (GLU, JAJ, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterkiem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata b/c 250ml ,		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy (150g) 1szt (SOJ),

Wartości odżywcze: Kcal: 1642.89 kcal; Białko ogółem: 75.27 g; Tłuszcz ogółem: 55.56 g; Węglowodany ogółem: 226.97 g; Kw. tł. nasycone: 14.55 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1198.38 mg; Błonnik: 26.70 g; W tym cukry: 24.51 g; WW: 22.77 Por; Potas: 2855.15 mg; Wapń: 179.87 mg; Fosfor: 675.08 mg; Żelazo: 8.14 mg; Magnez: 208.80 mg;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka kajzerka 1szt (GLU, SOJ, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Hummus 60g 0.5szt (SEZ), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterkiem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z natką 60g (MLE), Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.10 kcal; Białko ogółem: 75.87 g; Tłuszcz ogółem: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 272.74 g; Kw. tł. nasycone: 12.01 g; Sól: 2.92 g; Sód: 1085.60 mg; Błonnik: 28.32 g; W tym cukry: 45.39 g; WW: 27.34 Por; Potas: 3051.66 mg; Wapń: 526.57 mg; Fosfor: 834.84 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 225.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-03-20		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU , JAJ , 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 jogurtem b/soli 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z natką 40g (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1864.55 kcal; Białko ogółem: 77.40 g; Tłuszcz ogółem: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 281.57 g; Kw. tł. nasycone: 10.69 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1052.16 mg; Błonnik: 18.86 g; W tym cukry: 63.01 g; WW: 28.44 Por; Potas: 3127.46 mg; Wapń: 530.64 mg; Fosfor: 712.21 mg; Żelazo: 8.32 mg; Magnez: 203.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 60g, Ogórek świeży 100g,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Naleśniki z serem na słodko 2 szt 300g (GLU, JAJ, MLE), Mus z jabłka 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Pomidor 100g,
II Śniadanie: Banan 1szt, Herbata czarna z cukrem 250ml,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (GLU, SOJ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2338.35 kcal; Białko ogółem: 73.11 g; Tłuszcz ogółem: 59.52 g; Węglowodany ogółem: 314.99 g; Kw. tł. nasycone: 28.00 g; Sól: 6.33 g; Sód: 1517.63 mg; Błonnik: 28.15 g; W tym cukry: 91.41 g; WW: 31.73 Por; Potas: 2994.61 mg; Wapń: 876.17 mg; Fosfor: 1053.20 mg; Żelazo: 8.25 mg; Magnez: 287.89 mg;

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 60g, Ogórek świeży 100g,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g, Ziemniaki z koperkiem 100g, Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor 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),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 1692.41 kcal; Białko ogółem: 84.46 g; Tłuszcz ogółem: 36.48 g; Węglowodany ogółem: 222.67 g; Kw. tł. nasycone: 10.23 g; Sól: 6.59 g; Sód: 1406.53 mg; Błonnik: 31.63 g; W tym cukry: 41.41 g; WW: 22.37 Por; Potas: 3415.61 mg; Wapń: 651.69 mg; Fosfor: 1293.17 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 339.42 mg;

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 60g, Pomidor b/skóry z koperkiem 100g, Banan 1szt,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Naleśniki z serem na słodko 2 szt 300g (GLU, JAJ, MLE), Mus z jabłka 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 20g, Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2199.10 kcal; Białko ogółem: 71.28 g; Tłuszcz ogółem: 49.52 g; Węglowodany ogółem: 321.36 g; Kw. tł. nasycone: 23.13 g; Sól: 6.39 g; Sód: 1671.46 mg; Błonnik: 17.59 g; W tym cukry: 82.41 g; WW: 32.45 Por; Potas: 2756.79 mg; Wapń: 565.22 mg; Fosfor: 765.55 mg; Żelazo: 6.65 mg; Magnez: 248.24 mg;

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 60g, Pomidor b/skóry z koperkiem 100g, Banan 1szt,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Naleśniki z serem na słodko 2 szt 300g (GLU, JAJ, MLE), Mus z jabłka 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 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: 2094.70 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz ogółem: 49.20 g; Węglowodany ogółem: 311.58 g; Kw. tł. nasycone: 20.98 g; Sól: 6.38 g; Sód: 1671.46 mg; Błonnik: 17.59 g; W tym cukry: 82.41 g; WW: 31.45 Por; Potas: 2756.79 mg; Wapń: 565.22 mg; Fosfor: 765.55 mg; Żelazo: 6.65 mg; Magnez: 248.24 mg;

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 40g, Pomidor b/skóry z koperkiem 100g, Mandarynka 1szt,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g, Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki z koperkiem 200g, Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1397.42 kcal; Białko ogółem: 48.41 g; Tłuszcz ogółem: 21.63 g; Węglowodany ogółem: 206.99 g; Kw. tł. nasycone: 5.01 g; Sól: 3.30 g; Sód: 842.75 mg; Błonnik: 21.11 g; W tym cukry: 25.53 g; WW: 20.89 Por; Potas: 3015.59 mg; Wapń: 221.18 mg; Fosfor: 628.60 mg; Żelazo: 5.66 mg; Magnez: 210.96 mg;

sobota 2026-03-21 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),	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;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Pasta warzywna 100g (SEL),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami (puree) 300ml (MLE , SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g, Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki (papka) 200g, Marchewka duszona (papka) 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg (papka) 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1835.74 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz ogółem: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 256.88 g; Kw. tł. nasycone: 12.39 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1185.21 mg; Błonnik: 21.88 g; W tym cukry: 41.47 g; WW: 26.01 Por; Potas: 3842.67 mg; Wapń: 500.30 mg; Fosfor: 1110.82 mg; Żelazo: 8.86 mg; Magnez: 256.91 mg;

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 40g, Pomidor b/skóry z koperkiem 100g,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g, Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki z koperkiem 200g, Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z natką 80g (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 20g, Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1697.79 kcal; Białko ogółem: 86.35 g; Tłuszcz ogółem: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 243.32 g; Kw. tł. nasycone: 9.61 g; Sól: 5.99 g; Sód: 1707.75 mg; Błonnik: 16.56 g; W tym cukry: 31.72 g; WW: 24.62 Por; Potas: 3523.73 mg; Wapń: 511.17 mg; Fosfor: 1051.15 mg; Żelazo: 8.28 mg; Magnez: 270.95 mg;

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 40g, Pomidor b/skóry z koperkiem 100g,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g, Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1586.13 kcal; Białko ogółem: 76.47 g; Tłuszcz ogółem: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 227.48 g; Kw. tł. nasycone: 7.02 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1011.93 mg; Błonnik: 14.48 g; W tym cukry: 32.19 g; WW: 23.00 Por; Potas: 3297.73 mg; Wapń: 421.58 mg; Fosfor: 934.73 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 210.12 mg;

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 40g, Pomidor b/skóry z koperkiem 100g,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g, Sos pomidorowy b/glu 70ml, Ziemniaki z koperkiem 200g, Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1471.62 kcal; Białko ogółem: 60.41 g; Tłuszcz ogółem: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 208.77 g; Kw. tł. nasycone: 5.67 g; Sól: 3.47 g; Sód: 862.60 mg; Błonnik: 19.51 g; W tym cukry: 19.05 g; WW: 21.08 Por; Potas: 2975.14 mg; Wapń: 216.93 mg; Fosfor: 705.15 mg; Żelazo: 5.50 mg; Magnez: 205.94 mg;

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ , SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Połędwica miodowa drobiowa 40g, Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek świeży 100g, Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Naleśniki z serem na słodko 200g (GLU , JAJ , MLE), Ziemniaki z koperkiem 200g, Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g, Sos pomidorowy 60ml (GLU), Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ , SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Szynka delikatesowa drobiowa 60g, Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor 100g,
II Śniadanie: Banan 1szt, Herbata czarna z cukrem 250ml,		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 1782.38 kcal; Białko ogółem: 80.91 g; Tłuszcz ogółem: 43.75 g; Węglowodany ogółem: 284.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.25 g; Sól: 5.40 g; Sód: 1003.46 mg; Błonnik: 30.67 g; W tym cukry: 67.22 g; WW: 28.74 Por; Potas: 4137.87 mg; Wapń: 210.46 mg; Fosfor: 944.51 mg; Żelazo: 9.70 mg; Magnez: 328.77 mg;

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ , SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Ser mozzarella 50g (MLE), Ogórek świeży 100g,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Naleśniki z serem na słodko 200g (GLU , JAJ , MLE), Ziemniaki z koperkiem 200g, Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g, Kompot owocowy 250ml, Sos pomidorowy 70ml (GLU),	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ , SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g, Banan 1szt,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.45 kcal; Białko ogółem: 78.75 g; Tłuszcz ogółem: 63.61 g; Węglowodany ogółem: 315.95 g; Kw. tł. nasycone: 30.57 g; Sól: 6.27 g; Sód: 2208.43 mg; Błonnik: 29.32 g; W tym cukry: 80.44 g; WW: 31.91 Por; Potas: 4020.17 mg; Wapń: 973.13 mg; Fosfor: 1212.59 mg; Żelazo: 9.94 mg; Magnez: 380.50 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-03-21		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1729.32 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz ogółem: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 257.56 g; Kw. tł. nasycone: 8.84 g; Sól: 3.89 g; Sód: 1067.32 mg; Błonnik: 17.89 g; W tym cukry: 37.67 g; WW: 26.11 Por; Potas: 3846.49 mg; Wapń: 497.60 mg; Fosfor: 1085.69 mg; Żelazo: 9.25 mg; Magnez: 251.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 30g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Ogórek kiszony 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos własny 70ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (GLU, SOJ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z białej fasoli 40g ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.70 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz ogółem: 43.43 g; Węglowodany ogółem: 282.12 g; Kw. tł. nasycone: 19.02 g; Sól: 9.07 g; Sód: 2258.04 mg; Błonnik: 31.87 g; W tym cukry: 64.08 g; WW: 28.33 Por; Potas: 3448.11 mg; Wapń: 499.38 mg; Fosfor: 1044.79 mg; Żelazo: 9.61 mg; Magnez: 303.50 mg;

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 30g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Ogórek kiszony 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (GLU, SEL, MCK), Ziemniaki 200g , Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka złociста 40g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z białej fasoli 40g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2244.20 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz ogółem: 60.82 g; Węglowodany ogółem: 257.39 g; Kw. tł. nasycone: 19.07 g; Sól: 7.49 g; Sód: 2314.77 mg; Błonnik: 35.52 g; W tym cukry: 50.22 g; WW: 25.85 Por; Potas: 3626.39 mg; Wapń: 521.93 mg; Fosfor: 1209.94 mg; Żelazo: 11.10 mg; Magnez: 361.74 mg;

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki 200g , Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos własny 70ml (GLU), Kompot owocowy 250ml , Brokuł gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 60g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2167.93 kcal; Białko ogółem: 89.08 g; Tłuszcz ogółem: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 331.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.12 g; Sól: 4.95 g; Sód: 1022.13 mg; Błonnik: 19.25 g; W tym cukry: 79.68 g; WW: 33.52 Por; Potas: 3792.20 mg; Wapń: 450.13 mg; Fosfor: 871.03 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 265.45 mg;

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (GLU, SOJ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos własny 70ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Brokuł gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka złociста 60g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1843.31 kcal; Białko ogółem: 78.93 g; Tłuszcz ogółem: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 293.62 g; Kw. tł. nasycone: 5.52 g; Sól: 4.02 g; Sód: 930.85 mg; Błonnik: 19.93 g; W tym cukry: 56.13 g; WW: 29.64 Por; Potas: 3266.42 mg; Wapń: 134.51 mg; Fosfor: 556.39 mg; Żelazo: 6.29 mg; Magnez: 202.65 mg;

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 80g , Sos własny 70ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Brokuł gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 20g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Koktajl owocowy na maślanie (truskawka) 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2166.21 kcal; Białko ogółem: 67.75 g; Tłuszcz ogółem: 41.82 g; Węglowodany ogółem: 333.91 g; Kw. tł. nasycone: 13.16 g; Sól: 2.55 g; Sód: 260.36 mg; Błonnik: 23.67 g; W tym cukry: 85.96 g; WW: 33.69 Por; Potas: 3573.06 mg; Wapń: 465.76 mg; Fosfor: 719.87 mg; Żelazo: 5.92 mg; Magnez: 232.39 mg;

niedziela 2026-03-22 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),	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;

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb pszenny 100g (GLU, SOJ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt, Pasta z wędliny z zieleniną 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Rosół z makaronem (papka) 300ml (GLU, JAJ, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze (puree) 100g, Sos własny 70ml (GLU), Ziemniaki (papka) 200g, Brokuł gotowany na parze (papka) 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.27 kcal; Białko ogółem: 84.67 g; Tłuszcz ogółem: 42.94 g; Węglowodany ogółem: 295.58 g; Kw. tł. nasycone: 11.92 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1164.09 mg; Błonnik: 24.15 g; W tym cukry: 46.44 g; WW: 29.80 Por; Potas: 3252.58 mg; Wapń: 502.36 mg; Fosfor: 852.78 mg; Żelazo: 7.25 mg; Magnez: 215.72 mg;

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb pszenny 100g (GLU, SOJ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt, Twaróg 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Banan 1szt,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g, Sos własny 70ml (GLU), Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 250ml, Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Koktajl owocowy na maślanie (truskawka) 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2303.25 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 338.19 g; Kw. tł. nasycone: 13.25 g; Sól: 4.68 g; Sód: 1288.13 mg; Błonnik: 20.87 g; W tym cukry: 87.86 g; WW: 34.05 Por; Potas: 3718.35 mg; Wapń: 516.43 mg; Fosfor: 888.32 mg; Żelazo: 7.13 mg; Magnez: 247.25 mg;

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb pszenny 100g (GLU, SOJ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt, Szynka wieprzowa z liściem 50g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 50g,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g, Sos własny 70ml (GLU), Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 250ml, Brokuł gotowany na parze 100g,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Koktajl owocowy na maślanie (truskawka) 200ml (MLE), Koktajl owocowy na maślanie (truskawka) 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2180.42 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz ogółem: 41.89 g; Węglowodany ogółem: 307.95 g; Kw. tł. nasycone: 13.94 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1054.43 mg; Błonnik: 17.80 g; W tym cukry: 56.96 g; WW: 30.98 Por; Potas: 2938.80 mg; Wapń: 515.83 mg; Fosfor: 821.03 mg; Żelazo: 6.53 mg; Magnez: 193.85 mg;

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 2ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt, Polędwica ani drobiowa 50g (SOJ), Banan 1szt,	Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g, Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 250ml, Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1949.14 kcal; Białko ogółem: 54.40 g; Tłuszcz ogółem: 45.40 g; Węglowodany ogółem: 283.74 g; Kw. tł. nasycone: 7.78 g; Sól: 2.19 g; Sód: 374.12 mg; Błonnik: 21.13 g; W tym cukry: 53.98 g; WW: 28.58 Por; Potas: 3013.08 mg; Wapń: 107.85 mg; Fosfor: 437.14 mg; Żelazo: 4.80 mg; Magnez: 168.70 mg;

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Miód sztukowy 25g 1szt, Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 100g,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g, Sos własny 70ml (GLU), Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 250ml, Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g,	Herbata czarna b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skóry 100g,
II Śniadanie: Banan 1szt, Herbata czarna b/c 250ml,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 1984.91 kcal; Białko ogółem: 76.65 g; Tłuszcz ogółem: 54.15 g; Węglowodany ogółem: 307.02 g; Kw. tł. nasycone: 12.00 g; Sól: 5.20 g; Sód: 1163.80 mg; Błonnik: 20.28 g; W tym cukry: 59.84 g; WW: 31.01 Por; Potas: 3616.87 mg; Wapń: 159.96 mg; Fosfor: 618.78 mg; Żelazo: 7.89 mg; Magnez: 219.85 mg;

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt, Twaróg 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g,	Rosół z makaronem b/mięsa 300ml (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki 200g, Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (GLU, JAJ), Sos własny 70ml (GLU), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z białej fasoli 40g, Ser żółty 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2155.94 kcal; Białko ogółem: 64.64 g; Tłuszcz ogółem: 57.57 g; Węglowodany ogółem: 283.60 g; Kw. tł. nasycone: 16.38 g; Sól: 6.50 g; Sód: 2415.48 mg; Błonnik: 30.34 g; W tym cukry: 45.35 g; WW: 28.55 Por; Potas: 3008.33 mg; Wapń: 835.35 mg; Fosfor: 1122.68 mg; Żelazo: 8.84 mg; Magnez: 293.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-03-22	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze b/soli 100g , Sos własny 70ml (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2145.45 kcal; Białko ogółem: 85.53 g; Tłuszcz ogółem: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 330.12 g; Kw. tł. nasycone: 10.97 g; Sól: 4.95 g; Sód: 1022.13 mg; Błonnik: 19.22 g; W tym cukry: 79.58 g; WW: 33.41 Por; Potas: 3792.20 mg; Wapń: 450.13 mg; Fosfor: 871.03 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 265.45 mg;