Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-12	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Pasztet pieczony drobiowy 30g (***GLU, SOJ, MLE***), Pomidor 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Pieczeń rzymska 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z ciecierzycy 60g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 20g ,	**Posiłek nocny:** Marchew w słupkach 150g , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2171.34 kcal; Białko ogółem: 78.87 g; Tłuszcz ogółem: 66.46 g; Węglowodany ogółem: 307.32 g; Kw. tł. nasycone: 28.14 g; Sól: 5.32 g; Sód: 1392.35 mg; Błonnik: 37.76 g; W tym cukry: 86.79 g; WW: 30.83 Por; Potas: 3974.41 mg; Wapń: 588.15 mg; Fosfor: 1156.68 mg; Żelazo: 11.64 mg; Magnez: 294.68 mg;

poniedziałek 2026-10-12	**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***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Pomidor 100g , Pasztet drobiowy zapiekany 40g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Pieczeń rzymska 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	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 ciecierzycy 60g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 20g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2116.84 kcal; Białko ogółem: 83.17 g; Tłuszcz ogółem: 57.79 g; Węglowodany ogółem: 279.61 g; Kw. tł. nasycone: 14.28 g; Sól: 4.97 g; Sód: 1515.05 mg; Błonnik: 35.98 g; W tym cukry: 49.32 g; WW: 28.06 Por; Potas: 3740.66 mg; Wapń: 514.00 mg; Fosfor: 1293.25 mg; Żelazo: 14.28 mg; Magnez: 329.68 mg;

poniedziałek 2026-10-12	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2329.12 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Tłuszcz ogółem: 56.33 g; Węglowodany ogółem: 317.96 g; Kw. tł. nasycone: 46.11 g; Sól: 5.40 g; Sód: 1477.21 mg; Błonnik: 21.27 g; W tym cukry: 87.39 g; WW: 32.10 Por; Potas: 4312.70 mg; Wapń: 570.78 mg; Fosfor: 1229.15 mg; Żelazo: 9.86 mg; Magnez: 286.87 mg;

poniedziałek 2026-10-12	**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***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2141.64 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz ogółem: 31.55 g; Węglowodany ogółem: 305.83 g; Kw. tł. nasycone: 28.51 g; Sól: 4.00 g; Sód: 1458.41 mg; Błonnik: 21.19 g; W tym cukry: 79.99 g; WW: 30.87 Por; Potas: 4253.85 mg; Wapń: 520.73 mg; Fosfor: 1193.31 mg; Żelazo: 9.82 mg; Magnez: 281.87 mg;

poniedziałek 2026-10-12	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Herbata czarna z cukrem 250ml , Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Sałata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2108.52 kcal; Białko ogółem: 60.25 g; Tłuszcz ogółem: 56.16 g; Węglowodany ogółem: 298.06 g; Kw. tł. nasycone: 42.69 g; Sól: 1.84 g; Sód: 610.71 mg; Błonnik: 25.23 g; W tym cukry: 77.11 g; WW: 30.02 Por; Potas: 3795.80 mg; Wapń: 238.09 mg; Fosfor: 834.55 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 224.78 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12	Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń	
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***),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1299.35 kcal; Białko ogółem: 61.99 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 177.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 0.82 g; Sód: 285.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 17.95 Por; Potas: 2638.65 mg; Wapń: 429.00 mg; Fosfor: 973.30 mg; Żelazo: 6.12 mg; Magnez: 213.76 mg;

poniedziałek 2026-10-12	Jadłospis dla diety: U. Papkowata	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Ziemniaki mix 200g , Sałatka z buraczków 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***), Pasta z ciecierzycy 60g , Serek kanapkowy 50g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2003.60 kcal; Białko ogółem: 83.66 g; Tłuszcz ogółem: 56.05 g; Węglowodany ogółem: 272.35 g; Kw. tł. nasycone: 38.20 g; Sól: 4.65 g; Sód: 1568.25 mg; Błonnik: 35.10 g; W tym cukry: 54.11 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3687.47 mg; Wapń: 618.39 mg; Fosfor: 1370.12 mg; Żelazo: 10.79 mg; Magnez: 298.14 mg;

poniedziałek 2026-10-12	Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (***MLE***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Sałata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2449.95 kcal; Białko ogółem: 107.48 g; Tłuszcz ogółem: 64.06 g; Węglowodany ogółem: 278.14 g; Kw. tł. nasycone: 62.25 g; Sól: 4.97 g; Sód: 1798.49 mg; Błonnik: 18.58 g; W tym cukry: 58.50 g; WW: 27.98 Por; Potas: 3892.56 mg; Wapń: 818.15 mg; Fosfor: 1513.50 mg; Żelazo: 9.90 mg; Magnez: 251.59 mg;

poniedziałek 2026-10-12	Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (***SEL***), Sałata masłowa 20g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2115.03 kcal; Białko ogółem: 91.71 g; Tłuszcz ogółem: 57.96 g; Węglowodany ogółem: 265.40 g; Kw. tł. nasycone: 45.08 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1506.54 mg; Błonnik: 18.40 g; W tym cukry: 47.07 g; WW: 26.74 Por; Potas: 3258.19 mg; Wapń: 593.22 mg; Fosfor: 1231.23 mg; Żelazo: 8.92 mg; Magnez: 222.65 mg;

poniedziałek 2026-10-12	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Sałata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1949.86 kcal; Białko ogółem: 69.45 g; Tłuszcz ogółem: 59.76 g; Węglowodany ogółem: 238.12 g; Kw. tł. nasycone: 42.64 g; Sól: 2.06 g; Sód: 626.53 mg; Błonnik: 21.86 g; W tym cukry: 35.08 g; WW: 23.89 Por; Potas: 3057.58 mg; Wapń: 265.84 mg; Fosfor: 880.63 mg; Żelazo: 7.16 mg; Magnez: 163.29 mg;

poniedziałek 2026-10-12	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***), Herbata czarna z cukrem 250ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasta z ciecierzycy 60g , Polędwica drobiowa z majerankiem 50g (***SOJ***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,		**Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1940.81 kcal; Białko ogółem: 75.78 g; Tłuszcz ogółem: 51.43 g; Węglowodany ogółem: 309.79 g; Kw. tł. nasycone: 15.80 g; Sól: 6.11 g; Sód: 1135.08 mg; Błonnik: 34.09 g; W tym cukry: 63.00 g; WW: 31.09 Por; Potas: 3456.45 mg; Wapń: 199.95 mg; Fosfor: 964.94 mg; Żelazo: 10.66 mg; Magnez: 255.21 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 50g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Tofu z warzywami po chińsku (wege) 150g (***GLU, SOJ, SEL***), Sałatka z buraczków 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***), Pasta z ciecierzycy 60g , Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1718.02 kcal; Białko ogółem: 60.60 g; Tłuszcz ogółem: 49.91 g; Węglowodany ogółem: 270.00 g; Kw. tł. nasycone: 24.41 g; Sól: 4.56 g; Sód: 1110.59 mg; Błonnik: 29.61 g; W tym cukry: 52.20 g; WW: 27.19 Por; Potas: 3335.12 mg; Wapń: 513.75 mg; Fosfor: 935.14 mg; Żelazo: 9.53 mg; Magnez: 241.66 mg;

poniedziałek 2026-10-12	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Ziemniaki b/soli 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Sałata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.26 kcal; Białko ogółem: 76.86 g; Tłuszcz ogółem: 64.75 g; Węglowodany ogółem: 262.49 g; Kw. tł. nasycone: 47.21 g; Sól: 2.32 g; Sód: 728.03 mg; Błonnik: 22.35 g; W tym cukry: 47.33 g; WW: 26.39 Por; Potas: 3394.08 mg; Wapń: 560.84 mg; Fosfor: 1094.63 mg; Żelazo: 7.31 mg; Magnez: 191.28 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-13	**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***), Ser żółty 60g (***MLE***), Ogórek kiszony 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (***GLU, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100g (***JAJ, GOR***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb graham 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Kiełbasa żywiecka 30g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2423.74 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz ogółem: 83.20 g; Węglowodany ogółem: 322.25 g; Kw. tł. nasycone: 38.14 g; Sól: 7.26 g; Sód: 2675.23 mg; Błonnik: 35.47 g; W tym cukry: 59.87 g; WW: 32.33 Por; Potas: 3927.85 mg; Wapń: 881.25 mg; Fosfor: 1534.97 mg; Żelazo: 13.30 mg; Magnez: 397.05 mg;

wtorek 2026-10-13	**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***), Ogórek kiszony 100g , Polędwica miodowa drobiowa 20g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (***GLU, SEL***), Kompot owocowy b/c 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g ,	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 jajka ze szczypiorkiem 100g (***JAJ, GOR***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Kiełbasa żywiecka 30g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2125.56 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz ogółem: 67.39 g; Węglowodany ogółem: 249.73 g; Kw. tł. nasycone: 23.03 g; Sól: 7.82 g; Sód: 2736.94 mg; Błonnik: 35.54 g; W tym cukry: 33.87 g; WW: 25.07 Por; Potas: 4020.28 mg; Wapń: 977.57 mg; Fosfor: 1607.49 mg; Żelazo: 13.26 mg; Magnez: 421.77 mg;

wtorek 2026-10-13	**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***), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml WN 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g , Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 40g (***JAJ, GOR***), Szynka konserwowa wieprzowa 20g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.38 kcal; Białko ogółem: 69.70 g; Tłuszcz ogółem: 55.98 g; Węglowodany ogółem: 300.69 g; Kw. tł. nasycone: 26.21 g; Sól: 4.79 g; Sód: 979.62 mg; Błonnik: 21.02 g; W tym cukry: 40.77 g; WW: 30.29 Por; Potas: 3695.60 mg; Wapń: 374.25 mg; Fosfor: 901.63 mg; Żelazo: 9.63 mg; Magnez: 246.74 mg;

wtorek 2026-10-13	**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***), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml WN 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g , Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Twaróg 40g (***MLE***), Szynka konserwowa wieprzowa 20g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1848.58 kcal; Białko ogółem: 75.56 g; Tłuszcz ogółem: 31.50 g; Węglowodany ogółem: 292.00 g; Kw. tł. nasycone: 9.91 g; Sól: 4.68 g; Sód: 997.16 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 42.02 g; WW: 29.43 Por; Potas: 3735.76 mg; Wapń: 409.90 mg; Fosfor: 991.39 mg; Żelazo: 9.68 mg; Magnez: 249.70 mg;

wtorek 2026-10-13	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g , Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1691.93 kcal; Białko ogółem: 45.84 g; Tłuszcz ogółem: 61.80 g; Węglowodany ogółem: 242.01 g; Kw. tł. nasycone: 25.38 g; Sól: 2.33 g; Sód: 150.40 mg; Błonnik: 20.60 g; W tym cukry: 22.13 g; WW: 24.36 Por; Potas: 2879.81 mg; Wapń: 122.68 mg; Fosfor: 465.70 mg; Żelazo: 5.63 mg; Magnez: 138.99 mg;

wtorek 2026-10-13	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
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 ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

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***),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1299.35 kcal; Białko ogółem: 62.09 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 177.50 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 2026-10-13	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
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***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml mix 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym mix 100g , 2Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g , Ziemniaki mix 200g , Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	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 100g (***JAJ, GOR***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Mus owocowy 100g 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Twaróg 50g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2221.84 kcal; Białko ogółem: 78.02 g; Tłuszcz ogółem: 66.33 g; Węglowodany ogółem: 282.52 g; Kw. tł. nasycone: 42.16 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1568.89 mg; Błonnik: 37.29 g; W tym cukry: 46.27 g; WW: 28.41 Por; Potas: 3822.87 mg; Wapń: 512.90 mg; Fosfor: 1318.42 mg; Żelazo: 11.57 mg; Magnez: 339.20 mg;

wtorek 2026-10-13	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Kiełbasa żywiecka 80g , Serek kanapkowy 100g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml WN 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g , Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100g (***JAJ, GOR***), Szynka konserwowa wieprzowa 50g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2508.34 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz ogółem: 87.46 g; Węglowodany ogółem: 262.63 g; Kw. tł. nasycone: 57.96 g; Sól: 8.54 g; Sód: 2043.45 mg; Błonnik: 19.16 g; W tym cukry: 34.96 g; WW: 26.40 Por; Potas: 3760.78 mg; Wapń: 405.71 mg; Fosfor: 1114.17 mg; Żelazo: 10.77 mg; Magnez: 256.75 mg;

wtorek 2026-10-13	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml WN 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g , Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry z koperkiem 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1911.32 kcal; Białko ogółem: 68.11 g; Tłuszcz ogółem: 60.03 g; Węglowodany ogółem: 283.62 g; Kw. tł. nasycone: 26.96 g; Sól: 4.37 g; Sód: 966.96 mg; Błonnik: 17.66 g; W tym cukry: 28.59 g; WW: 28.61 Por; Potas: 3173.84 mg; Wapń: 332.10 mg; Fosfor: 853.98 mg; Żelazo: 8.61 mg; Magnez: 225.81 mg;

wtorek 2026-10-13	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml WN 300ml (***SEL***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1949.43 kcal; Białko ogółem: 67.66 g; Tłuszcz ogółem: 72.72 g; Węglowodany ogółem: 260.38 g; Kw. tł. nasycone: 27.96 g; Sól: 2.67 g; Sód: 284.71 mg; Błonnik: 23.53 g; W tym cukry: 33.38 g; WW: 26.17 Por; Potas: 3564.44 mg; Wapń: 320.43 mg; Fosfor: 875.68 mg; Żelazo: 7.57 mg; Magnez: 216.32 mg;

wtorek 2026-10-13	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Polędwica miodowa drobiowa 60g , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z oliwą 100g , Ziemniaki 200g , Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1650.68 kcal; Białko ogółem: 51.59 g; Tłuszcz ogółem: 64.21 g; Węglowodany ogółem: 232.75 g; Kw. tł. nasycone: 13.29 g; Sól: 6.14 g; Sód: 1702.41 mg; Błonnik: 27.19 g; W tym cukry: 37.42 g; WW: 23.45 Por; Potas: 3203.68 mg; Wapń: 197.82 mg; Fosfor: 782.67 mg; Żelazo: 9.21 mg; Magnez: 276.34 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-10-13	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 0.5szt (***SEZ***), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml WN 300ml (***SEL***), Risotto z warzywami b/mięsa 300g , Kompot owocowy 250ml , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g ,	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 100g (***JAJ, GOR***), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2082.52 kcal; Białko ogółem: 58.02 g; Tłuszcz ogółem: 53.29 g; Węglowodany ogółem: 321.78 g; Kw. tł. nasycone: 26.02 g; Sól: 4.95 g; Sód: 1719.57 mg; Błonnik: 33.80 g; W tym cukry: 29.84 g; WW: 32.40 Por; Potas: 3498.50 mg; Wapń: 395.74 mg; Fosfor: 1004.01 mg; Żelazo: 10.91 mg; Magnez: 330.93 mg;

wtorek 2026-10-13	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml WN 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 100g , Pasta z jajka b/soli 60g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1926.81 kcal; Białko ogółem: 76.82 g; Tłuszcz ogółem: 64.77 g; Węglowodany ogółem: 264.27 g; Kw. tł. nasycone: 27.06 g; Sól: 2.47 g; Sód: 275.40 mg; Błonnik: 22.60 g; W tym cukry: 29.42 g; WW: 26.61 Por; Potas: 3645.77 mg; Wapń: 313.08 mg; Fosfor: 966.99 mg; Żelazo: 7.27 mg; Magnez: 230.53 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-14	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser topiony 1szt (***MLE***), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 15g , Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Kapusta czerwona zasmażana 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 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) 60g (***RYB, SEL***), Pomidor 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Mus owocowy 100g 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2367.73 kcal; Białko ogółem: 77.19 g; Tłuszcz ogółem: 78.94 g; Węglowodany ogółem: 348.83 g; Kw. tł. nasycone: 32.73 g; Sól: 5.13 g; Sód: 1687.38 mg; Błonnik: 35.74 g; W tym cukry: 74.35 g; WW: 34.98 Por; Potas: 4265.60 mg; Wapń: 486.58 mg; Fosfor: 1092.99 mg; Żelazo: 12.03 mg; Magnez: 300.91 mg;

środa 2026-10-14	**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***), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Kapusta czerwona zasmażana 100g (***GLU***), Kompot owocowy b/c 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2269.43 kcal; Białko ogółem: 96.40 g; Tłuszcz ogółem: 69.39 g; Węglowodany ogółem: 283.29 g; Kw. tł. nasycone: 18.79 g; Sól: 6.18 g; Sód: 1915.27 mg; Błonnik: 39.11 g; W tym cukry: 47.56 g; WW: 28.41 Por; Potas: 4524.34 mg; Wapń: 740.90 mg; Fosfor: 1443.57 mg; Żelazo: 13.94 mg; Magnez: 378.84 mg;

środa 2026-10-14	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***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 z koperkiem 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	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***), Szynka delikatna z fileta 20g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1907.17 kcal; Białko ogółem: 81.73 g; Tłuszcz ogółem: 50.71 g; Węglowodany ogółem: 296.73 g; Kw. tł. nasycone: 23.93 g; Sól: 4.65 g; Sód: 986.15 mg; Błonnik: 20.28 g; W tym cukry: 30.87 g; WW: 29.96 Por; Potas: 3580.80 mg; Wapń: 354.16 mg; Fosfor: 800.43 mg; Żelazo: 8.68 mg; Magnez: 207.77 mg;

środa 2026-10-14	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***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 z koperkiem 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Ziemniaki z koperkiem 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***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Szynka delikatna z fileta 20g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pomidor b/skóry 90g , Sałata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1755.13 kcal; Białko ogółem: 82.14 g; Tłuszcz ogółem: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 282.46 g; Kw. tł. nasycone: 7.01 g; Sól: 4.58 g; Sód: 986.01 mg; Błonnik: 20.15 g; W tym cukry: 30.84 g; WW: 28.53 Por; Potas: 3572.64 mg; Wapń: 353.00 mg; Fosfor: 794.91 mg; Żelazo: 8.60 mg; Magnez: 206.45 mg;

środa 2026-10-14	**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 delikatna z fileta 60g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Banan 1szt , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1856.23 kcal; Białko ogółem: 57.72 g; Tłuszcz ogółem: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 296.96 g; Kw. tł. nasycone: 22.58 g; Sól: 2.10 g; Sód: 156.64 mg; Błonnik: 25.08 g; W tym cukry: 56.48 g; WW: 30.01 Por; Potas: 3621.64 mg; Wapń: 146.31 mg; Fosfor: 545.59 mg; Żelazo: 6.53 mg; Magnez: 212.10 mg;

środa 2026-10-14	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
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 ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

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***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.50 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 2026-10-14	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą mix 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z mięsa drobiowego 50g , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami mix 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem mix 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 mix 200g (***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***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Mus owocowy 100g 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Mus owocowy 100g 1szt ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1844.77 kcal; Białko ogółem: 71.19 g; Tłuszcz ogółem: 50.90 g; Węglowodany ogółem: 284.19 g; Kw. tł. nasycone: 23.78 g; Sól: 3.39 g; Sód: 1249.91 mg; Błonnik: 32.20 g; W tym cukry: 39.52 g; WW: 28.57 Por; Potas: 3761.83 mg; Wapń: 410.30 mg; Fosfor: 1091.33 mg; Żelazo: 10.13 mg; Magnez: 289.60 mg;

środa 2026-10-14	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Banan 1szt , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Szynka delikatna z fileta 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2304.61 kcal; Białko ogółem: 111.89 g; Tłuszcz ogółem: 66.17 g; Węglowodany ogółem: 324.26 g; Kw. tł. nasycone: 31.29 g; Sól: 7.18 g; Sód: 1531.72 mg; Błonnik: 22.42 g; W tym cukry: 66.79 g; WW: 32.78 Por; Potas: 4107.94 mg; Wapń: 850.20 mg; Fosfor: 1138.38 mg; Żelazo: 9.31 mg; Magnez: 285.07 mg;

środa 2026-10-14	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***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 , Banan 1szt , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2033.01 kcal; Białko ogółem: 79.95 g; Tłuszcz ogółem: 50.86 g; Węglowodany ogółem: 329.12 g; Kw. tł. nasycone: 22.34 g; Sól: 4.16 g; Sód: 977.50 mg; Błonnik: 21.56 g; W tym cukry: 64.68 g; WW: 33.29 Por; Potas: 3894.98 mg; Wapń: 347.19 mg; Fosfor: 808.31 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 260.46 mg;

środa 2026-10-14	**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***), Ser żółty 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), 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***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2166.14 kcal; Białko ogółem: 86.05 g; Tłuszcz ogółem: 68.86 g; Węglowodany ogółem: 311.58 g; Kw. tł. nasycone: 30.73 g; Sól: 2.27 g; Sód: 807.68 mg; Błonnik: 26.11 g; W tym cukry: 63.43 g; WW: 31.45 Por; Potas: 4100.40 mg; Wapń: 821.98 mg; Fosfor: 1133.62 mg; Żelazo: 7.27 mg; Magnez: 268.34 mg;

środa 2026-10-14	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Szynka delikatesowa drobiowa 60g , Ketchup 30g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Rzodkiewka czerwona 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Szynka delikatna z fileta 20g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Banan 1szt ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2042.93 kcal; Białko ogółem: 79.68 g; Tłuszcz ogółem: 64.85 g; Węglowodany ogółem: 297.61 g; Kw. tł. nasycone: 18.00 g; Sól: 6.42 g; Sód: 1752.70 mg; Błonnik: 34.82 g; W tym cukry: 72.72 g; WW: 29.95 Por; Potas: 4527.82 mg; Wapń: 267.61 mg; Fosfor: 969.39 mg; Żelazo: 12.25 mg; Magnez: 334.61 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-10-14	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka czerwona 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet jajeczny smażony 100g (***GLU, JAJ***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	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) 60g (***RYB, SEL***), Sałata masłowa 10g , Pomidor 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1973.83 kcal; Białko ogółem: 55.20 g; Tłuszcz ogółem: 59.64 g; Węglowodany ogółem: 278.66 g; Kw. tł. nasycone: 38.17 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1314.40 mg; Błonnik: 31.96 g; W tym cukry: 32.77 g; WW: 27.97 Por; Potas: 3389.73 mg; Wapń: 416.58 mg; Fosfor: 860.40 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 250.18 mg;

środa 2026-10-14	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 60g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki b/soli 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) b/soli 60g (***RYB, SEL***), Szynka delikatna z fileta 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1979.59 kcal; Białko ogółem: 76.67 g; Tłuszcz ogółem: 50.81 g; Węglowodany ogółem: 315.88 g; Kw. tł. nasycone: 22.74 g; Sól: 3.29 g; Sód: 223.33 mg; Błonnik: 25.50 g; W tym cukry: 62.87 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3767.37 mg; Wapń: 317.59 mg; Fosfor: 731.12 mg; Żelazo: 5.88 mg; Magnez: 239.36 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-15	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 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 , Serek kanapkowy 20g (***MLE***),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 40g (***MLE***), Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), 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: 2383.16 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz ogółem: 72.59 g; Węglowodany ogółem: 322.36 g; Kw. tł. nasycone: 37.34 g; Sól: 7.50 g; Sód: 1735.20 mg; Błonnik: 35.40 g; W tym cukry: 82.84 g; WW: 32.31 Por; Potas: 3464.20 mg; Wapń: 857.08 mg; Fosfor: 1190.09 mg; Żelazo: 10.68 mg; Magnez: 269.43 mg;

czwartek 2026-10-15	**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***), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (***SOJ, MLE***), Pomidor 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron pełnoziarnisty 200g (***GLU, MCK***), Kalafior gotowany 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***), Ser żółty 40g (***MLE***), Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 20g (***GLU, SOJ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2200.21 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz ogółem: 60.21 g; Węglowodany ogółem: 275.42 g; Kw. tł. nasycone: 16.83 g; Sól: 7.30 g; Sód: 1708.55 mg; Błonnik: 38.83 g; W tym cukry: 46.15 g; WW: 27.65 Por; Potas: 3546.15 mg; Wapń: 814.78 mg; Fosfor: 1292.86 mg; Żelazo: 12.06 mg; Magnez: 319.43 mg;

czwartek 2026-10-15	**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***), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (***SOJ, MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2201.04 kcal; Białko ogółem: 82.05 g; Tłuszcz ogółem: 61.08 g; Węglowodany ogółem: 309.16 g; Kw. tł. nasycone: 36.29 g; Sól: 6.08 g; Sód: 1279.60 mg; Błonnik: 19.88 g; W tym cukry: 49.96 g; WW: 31.15 Por; Potas: 3008.10 mg; Wapń: 508.00 mg; Fosfor: 786.87 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 188.65 mg;

czwartek 2026-10-15	**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***), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (***SOJ, MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2096.64 kcal; Białko ogółem: 83.09 g; Tłuszcz ogółem: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 299.28 g; Kw. tł. nasycone: 19.59 g; Sól: 6.07 g; Sód: 1279.60 mg; Błonnik: 19.88 g; W tym cukry: 49.96 g; WW: 30.15 Por; Potas: 3008.10 mg; Wapń: 508.00 mg; Fosfor: 786.87 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 188.65 mg;

czwartek 2026-10-15	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (***SOJ, MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.37 kcal; Białko ogółem: 54.03 g; Tłuszcz ogółem: 62.07 g; Węglowodany ogółem: 317.17 g; Kw. tł. nasycone: 33.76 g; Sól: 2.87 g; Sód: 411.05 mg; Błonnik: 26.56 g; W tym cukry: 68.49 g; WW: 32.01 Por; Potas: 3221.50 mg; Wapń: 189.95 mg; Fosfor: 463.87 mg; Żelazo: 7.02 mg; Magnez: 188.65 mg;

czwartek 2026-10-15	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
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 twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.50 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 2026-10-15	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
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***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa marchewkowa z ziemniakami mix 300ml (***MLE, SEL***), Makaron świderki mix 200g (***GLU, JAJ***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp mix 200g (***GLU, SEL***), Kalafior gotowany na parze mix 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 mięsa drobiowego 50g , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Mus owocowy 100g 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 50g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2620.18 kcal; Białko ogółem: 88.01 g; Tłuszcz ogółem: 70.48 g; Węglowodany ogółem: 310.34 g; Kw. tł. nasycone: 59.97 g; Sól: 5.52 g; Sód: 1963.95 mg; Błonnik: 36.34 g; W tym cukry: 59.28 g; WW: 31.11 Por; Potas: 3503.76 mg; Wapń: 625.03 mg; Fosfor: 1272.96 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 298.16 mg;

czwartek 2026-10-15	**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***), Polędwica sopocka wieprzowa 80g (***SOJ, MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2686.04 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz ogółem: 71.79 g; Węglowodany ogółem: 298.20 g; Kw. tł. nasycone: 66.72 g; Sól: 8.44 g; Sód: 1811.80 mg; Błonnik: 19.85 g; W tym cukry: 58.85 g; WW: 30.00 Por; Potas: 3270.30 mg; Wapń: 728.50 mg; Fosfor: 1045.47 mg; Żelazo: 9.06 mg; Magnez: 213.25 mg;

czwartek 2026-10-15	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (***SOJ, MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Kalafior gotowany na parze 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2187.54 kcal; Białko ogółem: 75.71 g; Tłuszcz ogółem: 60.65 g; Węglowodany ogółem: 297.32 g; Kw. tł. nasycone: 39.35 g; Sól: 5.04 g; Sód: 1316.41 mg; Błonnik: 16.82 g; W tym cukry: 43.87 g; WW: 29.93 Por; Potas: 2582.95 mg; Wapń: 487.02 mg; Fosfor: 777.71 mg; Żelazo: 7.28 mg; Magnez: 171.71 mg;

czwartek 2026-10-15	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron bezglutenowy 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 60g , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2324.13 kcal; Białko ogółem: 78.13 g; Tłuszcz ogółem: 77.22 g; Węglowodany ogółem: 287.39 g; Kw. tł. nasycone: 45.90 g; Sól: 3.23 g; Sód: 1082.98 mg; Błonnik: 20.16 g; W tym cukry: 34.52 g; WW: 28.86 Por; Potas: 2736.21 mg; Wapń: 690.82 mg; Fosfor: 914.03 mg; Żelazo: 7.02 mg; Magnez: 165.80 mg;

czwartek 2026-10-15	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Pomidor 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Kalafior gotowany 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 2x10 g 20g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2102.96 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz ogółem: 56.65 g; Węglowodany ogółem: 322.57 g; Kw. tł. nasycone: 13.96 g; Sól: 5.02 g; Sód: 1110.42 mg; Błonnik: 35.12 g; W tym cukry: 49.81 g; WW: 32.31 Por; Potas: 3250.36 mg; Wapń: 212.57 mg; Fosfor: 887.43 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 234.86 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-10-15	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
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***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Tofu w plasterkach 100g (***SOJ***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Kalafior gotowany na parze 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***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2225.66 kcal; Białko ogółem: 77.93 g; Tłuszcz ogółem: 57.27 g; Węglowodany ogółem: 283.75 g; Kw. tł. nasycone: 51.50 g; Sól: 5.54 g; Sód: 1989.13 mg; Błonnik: 28.42 g; W tym cukry: 47.98 g; WW: 28.48 Por; Potas: 2488.60 mg; Wapń: 1001.95 mg; Fosfor: 1099.56 mg; Żelazo: 8.45 mg; Magnez: 225.73 mg;

czwartek 2026-10-15	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJ, MLE***), Sałata masłowa 20g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Kalafior gotowany na parze b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2350.99 kcal; Białko ogółem: 67.22 g; Tłuszcz ogółem: 67.48 g; Węglowodany ogółem: 344.66 g; Kw. tł. nasycone: 36.90 g; Sól: 3.85 g; Sód: 515.60 mg; Błonnik: 26.17 g; W tym cukry: 82.94 g; WW: 34.80 Por; Potas: 3289.30 mg; Wapń: 488.80 mg; Fosfor: 662.07 mg; Żelazo: 6.95 mg; Magnez: 212.65 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-16	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka kajzerka 1szt (***GLU, SOJ, MLE***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 40g (***MLE***), Majonez 10g (***JAJ, GOR***), Jajko got. na twardo kl.L 1szt (***JAJ***), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Surówka z białej kapusty, kukurydzy i pora z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Pomarańcza 1szt ,	**Podwieczorek:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLU, JAJ, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2167.90 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz ogółem: 62.01 g; Węglowodany ogółem: 326.29 g; Kw. tł. nasycone: 28.37 g; Sól: 3.39 g; Sód: 1149.68 mg; Błonnik: 31.91 g; W tym cukry: 79.44 g; WW: 32.68 Por; Potas: 3954.55 mg; Wapń: 673.90 mg; Fosfor: 1025.13 mg; Żelazo: 9.06 mg; Magnez: 263.63 mg;

piątek 2026-10-16	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Bułka grahamka 1szt (***GLU***), Chleb graham 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 40g (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Surówka z białej kapusty, kukurydzy i pora 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***), Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1894.12 kcal; Białko ogółem: 88.08 g; Tłuszcz ogółem: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 279.57 g; Kw. tł. nasycone: 10.34 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1685.88 mg; Błonnik: 37.79 g; W tym cukry: 49.14 g; WW: 27.95 Por; Potas: 4162.30 mg; Wapń: 638.75 mg; Fosfor: 1235.39 mg; Żelazo: 11.97 mg; Magnez: 352.73 mg;

piątek 2026-10-16	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 40g (***MLE***), Jajko got. na miękko kl. M 1szt (***JAJ***), Banan 1szt , Ciasto drożdżowe 50g (***GLU, JAJ, MLE***),	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 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***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2047.83 kcal; Białko ogółem: 85.83 g; Tłuszcz ogółem: 50.39 g; Węglowodany ogółem: 322.38 g; Kw. tł. nasycone: 27.25 g; Sól: 4.33 g; Sód: 1192.27 mg; Błonnik: 20.55 g; W tym cukry: 80.26 g; WW: 32.65 Por; Potas: 3940.78 mg; Wapń: 525.99 mg; Fosfor: 890.01 mg; Żelazo: 7.82 mg; Magnez: 260.44 mg;

piątek 2026-10-16	**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***), Pasta twarogowa 40g (***MLE***), Jajko got. na miękko kl. M 1szt (***JAJ***), Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***), Banan 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 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***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1867.93 kcal; Białko ogółem: 84.12 g; Tłuszcz ogółem: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 300.95 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1122.77 mg; Błonnik: 19.80 g; W tym cukry: 81.37 g; WW: 30.45 Por; Potas: 3903.38 mg; Wapń: 513.59 mg; Fosfor: 873.51 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 259.04 mg;

piątek 2026-10-16	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***), Banan 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml , Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***),	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 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***), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1801.15 kcal; Białko ogółem: 53.21 g; Tłuszcz ogółem: 47.64 g; Węglowodany ogółem: 303.75 g; Kw. tł. nasycone: 21.79 g; Sól: 2.10 g; Sód: 164.14 mg; Błonnik: 27.37 g; W tym cukry: 63.57 g; WW: 30.74 Por; Potas: 3570.06 mg; Wapń: 155.01 mg; Fosfor: 401.99 mg; Żelazo: 5.68 mg; Magnez: 204.15 mg;

piątek 2026-10-16	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
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***),

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.79 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.50 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;

piątek 2026-10-16	Jadłospis dla diety: U. Papkowata	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka kajzerka 1szt (***GLU, SOJ, MLE***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa ziemniaczana mix 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) mix 100g (***RYB***), Ziemniaki mix 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 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 makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Mus owocowy 100g 1szt ,	**Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1896.41 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz ogółem: 49.78 g; Węglowodany ogółem: 284.48 g; Kw. tł. nasycone: 26.95 g; Sól: 3.48 g; Sód: 1218.85 mg; Błonnik: 31.72 g; W tym cukry: 57.00 g; WW: 28.68 Por; Potas: 3735.04 mg; Wapń: 767.89 mg; Fosfor: 1144.97 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 272.28 mg;

piątek 2026-10-16	Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 100g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Kefir 150g 1szt (***MLE***), Banan 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2141.16 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz ogółem: 59.47 g; Węglowodany ogółem: 311.67 g; Kw. tł. nasycone: 29.48 g; Sól: 4.14 g; Sód: 1434.97 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 91.12 g; WW: 31.52 Por; Potas: 4213.12 mg; Wapń: 773.34 mg; Fosfor: 1176.32 mg; Żelazo: 7.81 mg; Magnez: 281.76 mg;

piątek 2026-10-16	Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem 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***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1928.20 kcal; Białko ogółem: 81.17 g; Tłuszcz ogółem: 48.41 g; Węglowodany ogółem: 298.25 g; Kw. tł. nasycone: 24.52 g; Sól: 3.41 g; Sód: 1260.75 mg; Błonnik: 15.80 g; W tym cukry: 73.81 g; WW: 30.17 Por; Potas: 3565.85 mg; Wapń: 526.45 mg; Fosfor: 903.67 mg; Żelazo: 6.48 mg; Magnez: 241.50 mg;

piątek 2026-10-16	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 100g (***MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jabłko 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1807.35 kcal; Białko ogółem: 91.28 g; Tłuszcz ogółem: 55.30 g; Węglowodany ogółem: 239.81 g; Kw. tł. nasycone: 23.05 g; Sól: 1.35 g; Sód: 359.36 mg; Błonnik: 23.00 g; W tym cukry: 49.48 g; WW: 24.15 Por; Potas: 3223.08 mg; Wapń: 249.79 mg; Fosfor: 841.76 mg; Żelazo: 5.40 mg; Magnez: 172.76 mg;

piątek 2026-10-16	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 80g (***SOJ***), Rzodkiewka biała 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (***SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 150g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Surówka z białej kapusty, kukurydzy i pora z olejem 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 80g (***SOJ***), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		**Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1885.02 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz ogółem: 54.72 g; Węglowodany ogółem: 276.42 g; Kw. tł. nasycone: 16.23 g; Sól: 6.88 g; Sód: 1007.08 mg; Błonnik: 35.66 g; W tym cukry: 40.49 g; WW: 27.80 Por; Potas: 3474.19 mg; Wapń: 230.90 mg; Fosfor: 696.87 mg; Żelazo: 9.54 mg; Magnez: 233.56 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-10-16	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Surówka z białej kapusty, kukurydzy i pora 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 makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1807.79 kcal; Białko ogółem: 86.05 g; Tłuszcz ogółem: 59.61 g; Węglowodany ogółem: 247.85 g; Kw. tł. nasycone: 30.78 g; Sól: 4.43 g; Sód: 1638.87 mg; Błonnik: 29.03 g; W tym cukry: 45.48 g; WW: 24.90 Por; Potas: 3696.27 mg; Wapń: 926.53 mg; Fosfor: 1252.76 mg; Żelazo: 8.97 mg; Magnez: 270.64 mg;

piątek 2026-10-16	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem b/soli 150g (***RYB***), Ziemniaki b/soli 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***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 15g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1935.82 kcal; Białko ogółem: 82.23 g; Tłuszcz ogółem: 58.97 g; Węglowodany ogółem: 278.63 g; Kw. tł. nasycone: 27.45 g; Sól: 1.82 g; Sód: 533.32 mg; Błonnik: 20.60 g; W tym cukry: 43.29 g; WW: 28.12 Por; Potas: 3003.57 mg; Wapń: 548.59 mg; Fosfor: 832.42 mg; Żelazo: 4.84 mg; Magnez: 166.20 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-17	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Pomidor 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), 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***), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***),	**Posiłek nocny:** Wafle ryżowe 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2050.65 kcal; Białko ogółem: 61.07 g; Tłuszcz ogółem: 59.98 g; Węglowodany ogółem: 312.41 g; Kw. tł. nasycone: 34.07 g; Sól: 7.72 g; Sód: 2208.83 mg; Błonnik: 26.24 g; W tym cukry: 69.94 g; WW: 31.28 Por; Potas: 1854.91 mg; Wapń: 846.21 mg; Fosfor: 964.23 mg; Żelazo: 7.64 mg; Magnez: 242.80 mg;

sobota 2026-10-17	**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***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Pomidor 100g , Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), 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 60g (***MLE***), Ogórek kiszony 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***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***),	**Posiłek nocny:** Orzechy włoskie 5szt (***OZI***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2038.66 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz ogółem: 52.64 g; Węglowodany ogółem: 280.83 g; Kw. tł. nasycone: 21.17 g; Sól: 8.57 g; Sód: 2405.83 mg; Błonnik: 29.92 g; W tym cukry: 45.68 g; WW: 28.13 Por; Potas: 1976.40 mg; Wapń: 950.98 mg; Fosfor: 1173.56 mg; Żelazo: 9.05 mg; Magnez: 287.42 mg;

sobota 2026-10-17	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g , Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 40g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1902.07 kcal; Białko ogółem: 60.85 g; Tłuszcz ogółem: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 313.69 g; Kw. tł. nasycone: 29.06 g; Sól: 5.17 g; Sód: 1003.34 mg; Błonnik: 14.68 g; W tym cukry: 51.29 g; WW: 31.58 Por; Potas: 1669.35 mg; Wapń: 518.33 mg; Fosfor: 616.81 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 123.04 mg;

sobota 2026-10-17	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g , Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Twaróg 40g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g , Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1797.67 kcal; Białko ogółem: 61.89 g; Tłuszcz ogółem: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 303.80 g; Kw. tł. nasycone: 12.36 g; Sól: 5.16 g; Sód: 1003.34 mg; Błonnik: 14.68 g; W tym cukry: 51.29 g; WW: 30.58 Por; Potas: 1669.35 mg; Wapń: 518.33 mg; Fosfor: 616.81 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 123.04 mg;

sobota 2026-10-17	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1655.58 kcal; Białko ogółem: 33.19 g; Tłuszcz ogółem: 50.28 g; Węglowodany ogółem: 275.14 g; Kw. tł. nasycone: 25.62 g; Sól: 2.84 g; Sód: 115.19 mg; Błonnik: 17.96 g; W tym cukry: 30.26 g; WW: 27.61 Por; Potas: 1047.55 mg; Wapń: 150.68 mg; Fosfor: 163.01 mg; Żelazo: 3.90 mg; Magnez: 53.44 mg;

sobota 2026-10-17	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
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 ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

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***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.50 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 2026-10-17	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), 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***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Kefir 150g 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta z mięsa drobiowego 50g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2264.70 kcal; Białko ogółem: 61.20 g; Tłuszcz ogółem: 58.54 g; Węglowodany ogółem: 329.46 g; Kw. tł. nasycone: 45.30 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1608.30 mg; Błonnik: 31.14 g; W tym cukry: 64.71 g; WW: 33.04 Por; Potas: 2283.01 mg; Wapń: 735.76 mg; Fosfor: 1086.19 mg; Żelazo: 8.38 mg; Magnez: 241.55 mg;

sobota 2026-10-17	**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***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Szynka z indykiem 60g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g , Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 80g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1950.44 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz ogółem: 53.51 g; Węglowodany ogółem: 298.04 g; Kw. tł. nasycone: 29.38 g; Sól: 6.17 g; Sód: 1020.94 mg; Błonnik: 14.65 g; W tym cukry: 52.75 g; WW: 29.97 Por; Potas: 1714.55 mg; Wapń: 555.93 mg; Fosfor: 707.61 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 126.64 mg;

sobota 2026-10-17	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (***SEL***), Dżem szt - 25g 1szt , Melon żółty 100g , Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 50g (***MLE***), Buraczki gotowane 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1911.74 kcal; Białko ogółem: 61.29 g; Tłuszcz ogółem: 52.04 g; Węglowodany ogółem: 310.08 g; Kw. tł. nasycone: 27.78 g; Sól: 4.81 g; Sód: 1007.31 mg; Błonnik: 14.25 g; W tym cukry: 52.38 g; WW: 31.15 Por; Potas: 1353.40 mg; Wapń: 523.15 mg; Fosfor: 659.24 mg; Żelazo: 5.62 mg; Magnez: 120.62 mg;

sobota 2026-10-17	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Ryż na mleku roślinnym 300ml , Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 80g (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1604.88 kcal; Białko ogółem: 50.07 g; Tłuszcz ogółem: 47.49 g; Węglowodany ogółem: 252.62 g; Kw. tł. nasycone: 21.23 g; Sól: 3.48 g; Sód: 134.81 mg; Błonnik: 17.41 g; W tym cukry: 31.73 g; WW: 25.35 Por; Potas: 1179.77 mg; Wapń: 190.98 mg; Fosfor: 375.81 mg; Żelazo: 4.62 mg; Magnez: 65.10 mg;

sobota 2026-10-17	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Ryż na mleku roślinnym z jabłkiem 300ml , Kompot owocowy 250ml , Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***), Mus z truskawek 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Polędwica drobiowa z majerankiem 50g (***SOJ***), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1906.96 kcal; Białko ogółem: 60.81 g; Tłuszcz ogółem: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 326.59 g; Kw. tł. nasycone: 13.89 g; Sól: 7.41 g; Sód: 1647.77 mg; Błonnik: 28.65 g; W tym cukry: 46.48 g; WW: 32.69 Por; Potas: 1696.29 mg; Wapń: 177.89 mg; Fosfor: 717.36 mg; Żelazo: 7.59 mg; Magnez: 214.29 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-10-17	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 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***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 40g (***MLE***), Hummus 40g 0.5szt (***SEZ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2033.42 kcal; Białko ogółem: 58.47 g; Tłuszcz ogółem: 59.21 g; Węglowodany ogółem: 296.06 g; Kw. tł. nasycone: 35.10 g; Sól: 4.04 g; Sód: 1430.32 mg; Błonnik: 25.39 g; W tym cukry: 52.36 g; WW: 29.71 Por; Potas: 1816.81 mg; Wapń: 816.09 mg; Fosfor: 887.44 mg; Żelazo: 7.78 mg; Magnez: 186.29 mg;

sobota 2026-10-17	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 60g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1899.09 kcal; Białko ogółem: 51.85 g; Tłuszcz ogółem: 58.13 g; Węglowodany ogółem: 299.43 g; Kw. tł. nasycone: 30.22 g; Sól: 3.71 g; Sód: 243.14 mg; Błonnik: 18.45 g; W tym cukry: 49.65 g; WW: 30.11 Por; Potas: 1451.95 mg; Wapń: 502.13 mg; Fosfor: 513.21 mg; Żelazo: 4.17 mg; Magnez: 86.84 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-18	**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***), Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Kotlet schabowy smażony w panierce 100g (***GLU, JAJ***), Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Mizeria z jogurtem 100g (***MLE***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasztet Jana 50g (***GLU, JAJ, SEL***), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
II Śniadanie: Herbata z cukrem 250ml , Jabłecznik 70g ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 30g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***),	**Posiłek nocny:** Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2614.44 kcal; Białko ogółem: 95.47 g; Tłuszcz ogółem: 91.52 g; Węglowodany ogółem: 356.78 g; Kw. tł. nasycone: 34.26 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1428.73 mg; Błonnik: 41.51 g; W tym cukry: 107.02 g; WW: 35.75 Por; Potas: 4303.95 mg; Wapń: 569.25 mg; Fosfor: 1220.77 mg; Żelazo: 12.20 mg; Magnez: 315.89 mg;

niedziela 2026-10-18	**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***), Chrzan tarty 15g (***MLE, S02***), Pasta z jajka 50g (***JAJ, GOR***), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Kotlet schabowy smażony w panierce 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy b/c 250ml , Mizeria z jogurtem 100g (***MLE***),	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasztet Jana 50g (***GLU, JAJ, SEL***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 20g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Herbata b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	**Posiłek nocny:** Orzechy włoskie 5szt (***OZI***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2233.09 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz ogółem: 66.39 g; Węglowodany ogółem: 291.28 g; Kw. tł. nasycone: 16.10 g; Sól: 5.35 g; Sód: 1433.22 mg; Błonnik: 43.57 g; W tym cukry: 63.62 g; WW: 29.21 Por; Potas: 4480.00 mg; Wapń: 587.42 mg; Fosfor: 1356.79 mg; Żelazo: 13.01 mg; Magnez: 368.02 mg;

niedziela 2026-10-18	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 50g (***JAJ, GOR***), Szynka wieprzowa z liściem 50g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Twaróg 50g (***MLE***), Pasta warzywna 100g (***SEL***), Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2160.69 kcal; Białko ogółem: 99.78 g; Tłuszcz ogółem: 68.77 g; Węglowodany ogółem: 294.37 g; Kw. tł. nasycone: 28.60 g; Sól: 6.35 g; Sód: 1188.59 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 50.53 g; WW: 29.68 Por; Potas: 3477.24 mg; Wapń: 521.88 mg; Fosfor: 1075.23 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 227.39 mg;

niedziela 2026-10-18	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 30g (***GLU, SOJ***), Szynka wieprzowa z liściem 50g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 50g (***SOJ, MLE, SEL***), Twaróg 50g (***MLE***), Pasta warzywna 100g (***SEL***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2029.13 kcal; Białko ogółem: 108.62 g; Tłuszcz ogółem: 41.51 g; Węglowodany ogółem: 282.30 g; Kw. tł. nasycone: 10.96 g; Sól: 6.18 g; Sód: 1213.40 mg; Błonnik: 27.23 g; W tym cukry: 62.81 g; WW: 28.38 Por; Potas: 3450.77 mg; Wapń: 496.92 mg; Fosfor: 940.31 mg; Żelazo: 6.41 mg; Magnez: 195.55 mg;

niedziela 2026-10-18	**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 50g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 60g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Sałata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1991.86 kcal; Białko ogółem: 64.97 g; Tłuszcz ogółem: 64.21 g; Węglowodany ogółem: 292.99 g; Kw. tł. nasycone: 25.54 g; Sól: 2.86 g; Sód: 310.69 mg; Błonnik: 25.51 g; W tym cukry: 56.66 g; WW: 29.51 Por; Potas: 2902.37 mg; Wapń: 414.45 mg; Fosfor: 678.09 mg; Żelazo: 5.26 mg; Magnez: 162.25 mg;

niedziela 2026-10-18	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Herbata czarna b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Masło 15g (***MLE***), Miód 15g , Mus z gruszki 150g ,	Płynna obiadowa 500ml (***GLU, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (***GLU, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (***MLE***),	**Podwieczorek:** Biszkopty 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło 10g (***MLE***), Mleko 100ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jabłko 1szt ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2365.23 kcal; Białko ogółem: 100.83 g; Tłuszcz ogółem: 77.25 g; Węglowodany ogółem: 301.16 g; Kw. tł. nasycone: 22.06 g; Sól: 1.84 g; Sód: 584.65 mg; Błonnik: 29.67 g; W tym cukry: 93.99 g; WW: 30.29 Por; Potas: 4642.43 mg; Wapń: 720.65 mg; Fosfor: 1451.80 mg; Żelazo: 7.87 mg; Magnez: 303.66 mg;

niedziela 2026-10-18	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z wędliny z zieleniną 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Pasta warzywna 100g (***SEL***),	Rosół z makaronem (papka) 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona (papka) 100g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml , Marchewka gotowana na parze mix 100g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z wędliny 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Pasta warzywna 100g (***SEL***), Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.30 kcal; Białko ogółem: 90.00 g; Tłuszcz ogółem: 61.06 g; Węglowodany ogółem: 291.42 g; Kw. tł. nasycone: 26.77 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1231.60 mg; Błonnik: 24.51 g; W tym cukry: 45.86 g; WW: 29.29 Por; Potas: 3041.42 mg; Wapń: 462.19 mg; Fosfor: 786.17 mg; Żelazo: 5.85 mg; Magnez: 190.39 mg;

niedziela 2026-10-18	**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***), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 120g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.30 kcal; Białko ogółem: 106.27 g; Tłuszcz ogółem: 62.86 g; Węglowodany ogółem: 294.82 g; Kw. tł. nasycone: 26.41 g; Sól: 4.48 g; Sód: 1221.96 mg; Błonnik: 24.23 g; W tym cukry: 47.69 g; WW: 29.61 Por; Potas: 3347.67 mg; Wapń: 482.92 mg; Fosfor: 954.23 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 196.03 mg;

niedziela 2026-10-18	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 50g (***JAJ, GOR***), Szynka wieprzowa z liściem 50g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (***SEL***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.65 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; Tłuszcz ogółem: 65.82 g; Węglowodany ogółem: 266.49 g; Kw. tł. nasycone: 25.54 g; Sól: 5.13 g; Sód: 1148.60 mg; Błonnik: 21.39 g; W tym cukry: 42.34 g; WW: 26.73 Por; Potas: 2863.99 mg; Wapń: 418.35 mg; Fosfor: 772.69 mg; Żelazo: 5.18 mg; Magnez: 171.77 mg;

niedziela 2026-10-18	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (***SEL***), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Ser żółty 50g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2169.66 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz ogółem: 89.07 g; Węglowodany ogółem: 242.48 g; Kw. tł. nasycone: 31.27 g; Sól: 2.57 g; Sód: 810.58 mg; Błonnik: 24.55 g; W tym cukry: 24.02 g; WW: 24.32 Por; Potas: 3177.70 mg; Wapń: 555.19 mg; Fosfor: 1077.92 mg; Żelazo: 5.90 mg; Magnez: 189.09 mg;

niedziela 2026-10-18	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Szynka wieprzowa z liściem 60g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Pasta warzywna 100g (***SEL***),
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,		**Posiłek nocny:** Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2066.84 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Tłuszcz ogółem: 64.28 g; Węglowodany ogółem: 271.81 g; Kw. tł. nasycone: 14.31 g; Sól: 6.90 g; Sód: 1146.67 mg; Błonnik: 27.60 g; W tym cukry: 41.26 g; WW: 27.23 Por; Potas: 3360.01 mg; Wapń: 170.14 mg; Fosfor: 846.78 mg; Żelazo: 6.23 mg; Magnez: 190.20 mg;

niedziela 2026-10-18	**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 50g (***JAJ, GOR***), Twaróg 40g (***MLE***), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem b/mięsa 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Ziemniaki 200g , Mizeria z jogurtem 100g (***MLE***), 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***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.85 kcal; Białko ogółem: 59.33 g; Tłuszcz ogółem: 81.59 g; Węglowodany ogółem: 300.61 g; Kw. tł. nasycone: 26.79 g; Sól: 3.82 g; Sód: 1251.24 mg; Błonnik: 42.96 g; W tym cukry: 73.86 g; WW: 30.22 Por; Potas: 3852.02 mg; Wapń: 589.28 mg; Fosfor: 1019.82 mg; Żelazo: 10.36 mg; Magnez: 277.83 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-10-18	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Szynka wieprzowa z liściem 50g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki b/soli 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Twaróg 50g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2163.98 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz ogółem: 78.88 g; Węglowodany ogółem: 276.89 g; Kw. tł. nasycone: 29.63 g; Sól: 3.23 g; Sód: 384.02 mg; Błonnik: 26.41 g; W tym cukry: 46.24 g; WW: 27.91 Por; Potas: 3233.95 mg; Wapń: 493.72 mg; Fosfor: 916.69 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 190.62 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Pieczeń rzymska 100g (***GLU, JAJ***), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	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 40g (***JAJ, GOR***), Sałatka ryżowa z brokułem i kukurydzą z olejem 150g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 1/2szt 100g , Herbata czarna z cukrem 250ml ,	**Podwieczorek:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2317.47 kcal; Białko ogółem: 80.43 g; Tłuszcz ogółem: 74.87 g; Węglowodany ogółem: 330.70 g; Kw. tł. nasycone: 30.57 g; Sól: 6.50 g; Sód: 1778.61 mg; Błonnik: 34.82 g; W tym cukry: 62.53 g; WW: 33.29 Por; Potas: 3958.48 mg; Wapń: 717.56 mg; Fosfor: 1256.90 mg; Żelazo: 12.24 mg; Magnez: 329.63 mg;

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 70g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Ogórek świeży 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (***GLU***), Kompot owocowy b/c 250ml , Pieczeń rzymska 100g (***GLU, JAJ***),	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 jajka ze szczypiorkiem 40g (***JAJ, GOR***), Sałatka ryżowa z brokułem 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 (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2206.39 kcal; Białko ogółem: 82.03 g; Tłuszcz ogółem: 61.99 g; Węglowodany ogółem: 297.12 g; Kw. tł. nasycone: 15.13 g; Sól: 6.23 g; Sód: 1718.21 mg; Błonnik: 36.70 g; W tym cukry: 47.61 g; WW: 29.92 Por; Potas: 4101.88 mg; Wapń: 736.36 mg; Fosfor: 1399.10 mg; Żelazo: 13.46 mg; Magnez: 380.73 mg;

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Buraczki gotowane 100g , Melon żółty 150g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2047.86 kcal; Białko ogółem: 83.58 g; Tłuszcz ogółem: 56.32 g; Węglowodany ogółem: 316.14 g; Kw. tł. nasycone: 24.62 g; Sól: 6.03 g; Sód: 1371.66 mg; Błonnik: 23.29 g; W tym cukry: 59.61 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3872.25 mg; Wapń: 518.47 mg; Fosfor: 957.34 mg; Żelazo: 10.80 mg; Magnez: 256.60 mg;

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Buraczki gotowane 100g , Melon żółty 150g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Pasta z białka jaja 60g (***JAJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1866.16 kcal; Białko ogółem: 82.44 g; Tłuszcz ogółem: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 289.19 g; Kw. tł. nasycone: 7.43 g; Sól: 5.83 g; Sód: 1353.05 mg; Błonnik: 23.05 g; W tym cukry: 47.52 g; WW: 29.23 Por; Potas: 3805.92 mg; Wapń: 466.60 mg; Fosfor: 915.43 mg; Żelazo: 10.71 mg; Magnez: 250.16 mg;

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1904.00 kcal; Białko ogółem: 63.28 g; Tłuszcz ogółem: 62.32 g; Węglowodany ogółem: 284.99 g; Kw. tł. nasycone: 24.99 g; Sól: 3.14 g; Sód: 374.21 mg; Błonnik: 22.81 g; W tym cukry: 53.94 g; WW: 28.74 Por; Potas: 3566.55 mg; Wapń: 483.02 mg; Fosfor: 765.94 mg; Żelazo: 8.05 mg; Magnez: 203.40 mg;

poniedziałek 2026-10-19	**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.budyiniu) 300g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2643.16 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz ogółem: 70.48 g; Węglowodany ogółem: 386.44 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 2026-10-19	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***), Buraczki gotowane mix 100g , Banan 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami mix 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki mix 200g , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) mix 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Buraczki gotowane mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , 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: 1963.34 kcal; Białko ogółem: 80.16 g; Tłuszcz ogółem: 49.72 g; Węglowodany ogółem: 311.37 g; Kw. tł. nasycone: 23.84 g; Sól: 5.33 g; Sód: 1191.18 mg; Błonnik: 25.11 g; W tym cukry: 88.11 g; WW: 31.58 Por; Potas: 4546.33 mg; Wapń: 511.22 mg; Fosfor: 921.83 mg; Żelazo: 11.38 mg; Magnez: 309.86 mg;

poniedziałek 2026-10-19	Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Kefir 150g 1szt (***MLE***), Buraczki gotowane 100g , Banan 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Sos własny 60ml (***GLU***),	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: 2511.44 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz ogółem: 79.33 g; Węglowodany ogółem: 342.32 g; Kw. tł. nasycone: 35.36 g; Sól: 7.77 g; Sód: 2170.31 mg; Błonnik: 26.54 g; W tym cukry: 106.34 g; WW: 34.53 Por; Potas: 4956.86 mg; Wapń: 1231.88 mg; Fosfor: 1526.25 mg; Żelazo: 12.35 mg; Magnez: 364.49 mg;

poniedziałek 2026-10-19	Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane 50g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***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: 1904.81 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz ogółem: 56.21 g; Węglowodany ogółem: 284.16 g; Kw. tł. nasycone: 23.09 g; Sól: 5.55 g; Sód: 1177.19 mg; Błonnik: 17.55 g; W tym cukry: 51.57 g; WW: 28.68 Por; Potas: 3469.75 mg; Wapń: 490.11 mg; Fosfor: 907.64 mg; Żelazo: 9.32 mg; Magnez: 229.55 mg;

poniedziałek 2026-10-19	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona b/mąki 100g (***GLU, JAJ, SEL***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***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: 1709.78 kcal; Białko ogółem: 59.91 g; Tłuszcz ogółem: 58.08 g; Węglowodany ogółem: 248.23 g; Kw. tł. nasycone: 22.86 g; Sól: 3.16 g; Sód: 455.71 mg; Błonnik: 22.90 g; W tym cukry: 31.33 g; WW: 25.04 Por; Potas: 3217.12 mg; Wapń: 345.84 mg; Fosfor: 626.68 mg; Żelazo: 7.76 mg; Magnez: 175.81 mg;

poniedziałek 2026-10-19	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***),
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Banan 1szt ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2018.64 kcal; Białko ogółem: 72.07 g; Tłuszcz ogółem: 57.21 g; Węglowodany ogółem: 321.52 g; Kw. tł. nasycone: 13.69 g; Sól: 5.83 g; Sód: 1119.32 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 72.59 g; WW: 32.59 Por; Potas: 4252.59 mg; Wapń: 231.22 mg; Fosfor: 725.22 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 277.08 mg;

poniedziałek 2026-10-19	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, 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 , Melon żółty 150g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (***GLU, JAJ***), 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 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1903.63 kcal; Białko ogółem: 63.08 g; Tłuszcz ogółem: 69.04 g; Węglowodany ogółem: 273.27 g; Kw. tł. nasycone: 32.10 g; Sól: 4.81 g; Sód: 1708.67 mg; Błonnik: 28.17 g; W tym cukry: 49.17 g; WW: 27.56 Por; Potas: 3519.17 mg; Wapń: 974.72 mg; Fosfor: 1158.87 mg; Żelazo: 9.99 mg; Magnez: 273.19 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-19	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 2szt , Buraczki gotowane 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem b/soli 40g (***JAJ, GOR***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1893.72 kcal; Białko ogółem: 79.30 g; Tłuszcz ogółem: 52.81 g; Węglowodany ogółem: 300.35 g; Kw. tł. nasycone: 24.11 g; Sól: 5.38 g; Sód: 1141.42 mg; Błonnik: 21.11 g; W tym cukry: 50.20 g; WW: 30.47 Por; Potas: 3660.68 mg; Wapń: 528.34 mg; Fosfor: 898.86 mg; Żelazo: 10.22 mg; Magnez: 239.90 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Ogórek konserwowy 100g , Majonez 10g 1szt (***JAJ, GOR***),	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Gulasz Strogonow (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU, GOR, S02***), 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***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (***MLE***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2263.58 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz ogółem: 73.62 g; Węglowodany ogółem: 301.68 g; Kw. tł. nasycone: 30.60 g; Sól: 6.50 g; Sód: 1970.33 mg; Błonnik: 33.55 g; W tym cukry: 59.23 g; WW: 30.22 Por; Potas: 3135.51 mg; Wapń: 586.18 mg; Fosfor: 1237.98 mg; Żelazo: 10.74 mg; Magnez: 269.21 mg;

wtorek 2026-10-20	**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***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Ogórek konserwowy 100g , Majonez 10g 1szt (***JAJ, GOR***),	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż brązowy na sypko 200g , Gulasz Strogonow (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU, GOR, S02***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), 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***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (***MLE***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2285.88 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz ogółem: 63.81 g; Węglowodany ogółem: 300.58 g; Kw. tł. nasycone: 17.85 g; Sól: 6.49 g; Sód: 2034.49 mg; Błonnik: 42.30 g; W tym cukry: 54.48 g; WW: 30.17 Por; Potas: 3534.66 mg; Wapń: 697.50 mg; Fosfor: 1579.54 mg; Żelazo: 12.72 mg; Magnez: 426.32 mg;

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Marchewka kostka gotowana na parze 100g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	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 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2247.15 kcal; Białko ogółem: 88.19 g; Tłuszcz ogółem: 53.06 g; Węglowodany ogółem: 363.12 g; Kw. tł. nasycone: 24.12 g; Sól: 5.13 g; Sód: 1220.40 mg; Błonnik: 27.39 g; W tym cukry: 82.29 g; WW: 36.59 Por; Potas: 3664.35 mg; Wapń: 459.01 mg; Fosfor: 1127.40 mg; Żelazo: 8.93 mg; Magnez: 278.36 mg;

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Marchewka kostka gotowana na parze 100g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Ryż biały na sypko 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***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2172.75 kcal; Białko ogółem: 88.13 g; Tłuszcz ogółem: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 362.93 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1220.40 mg; Błonnik: 27.39 g; W tym cukry: 82.29 g; WW: 36.59 Por; Potas: 3664.35 mg; Wapń: 459.01 mg; Fosfor: 1127.40 mg; Żelazo: 8.93 mg; Magnez: 278.36 mg;

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 30g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1959.13 kcal; Białko ogółem: 58.02 g; Tłuszcz ogółem: 53.58 g; Węglowodany ogółem: 322.37 g; Kw. tł. nasycone: 21.71 g; Sól: 2.15 g; Sód: 302.87 mg; Błonnik: 24.87 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 32.43 Por; Potas: 2921.14 mg; Wapń: 186.23 mg; Fosfor: 745.24 mg; Żelazo: 6.00 mg; Magnez: 200.90 mg;

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

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 twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1299.35 kcal; Białko ogółem: 62.09 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 177.50 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 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z wędliny 40g (***JAJ, GOR***), Marchewka gotowana na parze mix 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko mix 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) mix 180g (***GLU, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) mix 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1980.74 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz ogółem: 52.64 g; Węglowodany ogółem: 302.96 g; Kw. tł. nasycone: 23.95 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1309.62 mg; Błonnik: 24.60 g; W tym cukry: 47.21 g; WW: 30.51 Por; Potas: 2944.17 mg; Wapń: 573.57 mg; Fosfor: 1125.72 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 223.60 mg;

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Polędwica miodowa drobiowa 50g , Ogórek konserwowy 100g , Banan 1szt , Majonez 10g 1szt (***JAJ, GOR***),	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 100g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2349.97 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz ogółem: 65.85 g; Węglowodany ogółem: 348.58 g; Kw. tł. nasycone: 27.07 g; Sól: 5.95 g; Sód: 1548.63 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 81.56 g; WW: 35.08 Por; Potas: 3501.43 mg; Wapń: 472.89 mg; Fosfor: 1182.87 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 268.78 mg;

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1999.10 kcal; Białko ogółem: 83.69 g; Tłuszcz ogółem: 51.38 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; Kw. tł. nasycone: 23.25 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1078.40 mg; Błonnik: 20.39 g; W tym cukry: 67.31 g; WW: 31.11 Por; Potas: 3040.79 mg; Wapń: 260.58 mg; Fosfor: 988.24 mg; Żelazo: 8.05 mg; Magnez: 237.73 mg;

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Ogórek konserwowy 100g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) b/mąki 180g (***GLU, SEL***), Marchewka z groszkiem duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.95 kcal; Białko ogółem: 69.23 g; Tłuszcz ogółem: 56.68 g; Węglowodany ogółem: 314.74 g; Kw. tł. nasycone: 23.57 g; Sól: 3.26 g; Sód: 716.75 mg; Błonnik: 28.45 g; W tym cukry: 87.14 g; WW: 31.62 Por; Potas: 3184.09 mg; Wapń: 255.98 mg; Fosfor: 856.64 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 219.78 mg;

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 10g , Polędwica miodowa drobiowa 60g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) b/ml 180g (***GLU, SEL***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Hummus 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Banan 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,		**Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1947.04 kcal; Białko ogółem: 72.62 g; Tłuszcz ogółem: 43.94 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; Kw. tł. nasycone: 14.56 g; Sól: 5.78 g; Sód: 1484.83 mg; Błonnik: 23.07 g; W tym cukry: 65.44 g; WW: 33.50 Por; Potas: 3141.80 mg; Wapń: 194.55 mg; Fosfor: 820.49 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 238.51 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-10-20	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , 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***), Hummus 60g , Ogórek konserwowy 100g , Banan 1szt , Majonez 10g 1szt (***JAJ, GOR***),	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Potrawka warzywna z ciecierzycą i groszkiem 180g (***MLE, SEL***), Ryż biały na sypko 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***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (***MLE***), Pomidor 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2099.58 kcal; Białko ogółem: 59.10 g; Tłuszcz ogółem: 62.85 g; Węglowodany ogółem: 328.92 g; Kw. tł. nasycone: 24.41 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1475.83 mg; Błonnik: 34.88 g; W tym cukry: 81.78 g; WW: 33.01 Por; Potas: 3134.30 mg; Wapń: 428.38 mg; Fosfor: 919.28 mg; Żelazo: 8.82 mg; Magnez: 283.06 mg;

wtorek 2026-10-20	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt , Marchewka gotowana na parze b/soli 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko b/soli 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2268.10 kcal; Białko ogółem: 89.44 g; Tłuszcz ogółem: 52.80 g; Węglowodany ogółem: 369.35 g; Kw. tł. nasycone: 24.43 g; Sól: 4.65 g; Sód: 1223.34 mg; Błonnik: 25.80 g; W tym cukry: 81.29 g; WW: 37.23 Por; Potas: 3672.29 mg; Wapń: 477.91 mg; Fosfor: 1158.44 mg; Żelazo: 8.94 mg; Magnez: 275.12 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-21	**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 ani drobiowa 50g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml , Sałata z jogurtem 100g (***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 30g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1960.86 kcal; Białko ogółem: 95.28 g; Tłuszcz ogółem: 59.19 g; Węglowodany ogółem: 260.57 g; Kw. tł. nasycone: 30.50 g; Sól: 6.82 g; Sód: 1618.72 mg; Błonnik: 27.58 g; W tym cukry: 38.13 g; WW: 26.31 Por; Potas: 3850.91 mg; Wapń: 717.00 mg; Fosfor: 1350.97 mg; Żelazo: 11.07 mg; Magnez: 314.73 mg;

środa 2026-10-21	**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***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Ogórek świeży 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Kompot owocowy b/c 250ml , Sałata z jogurtem 100g (***MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 30g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Melon żółty 150g ,	**Podwieczorek:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***), Sałata masłowa 10g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1973.69 kcal; Białko ogółem: 100.98 g; Tłuszcz ogółem: 47.45 g; Węglowodany ogółem: 251.02 g; Kw. tł. nasycone: 15.24 g; Sól: 7.18 g; Sód: 1711.17 mg; Błonnik: 32.05 g; W tym cukry: 29.82 g; WW: 25.35 Por; Potas: 4077.51 mg; Wapń: 743.25 mg; Fosfor: 1546.17 mg; Żelazo: 12.92 mg; Magnez: 380.73 mg;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
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 ani drobiowa 50g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Sałata z jogurtem 100g (***MLE***), 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***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1983.77 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz ogółem: 54.10 g; Węglowodany ogółem: 262.49 g; Kw. tł. nasycone: 33.85 g; Sól: 6.42 g; Sód: 1461.11 mg; Błonnik: 28.48 g; W tym cukry: 40.56 g; WW: 26.48 Por; Potas: 4056.22 mg; Wapń: 482.06 mg; Fosfor: 1231.71 mg; Żelazo: 11.31 mg; Magnez: 309.09 mg;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Sałata z jogurtem 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2002.87 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz ogółem: 41.16 g; Węglowodany ogółem: 263.05 g; Kw. tł. nasycone: 19.43 g; Sól: 6.42 g; Sód: 1461.11 mg; Błonnik: 28.51 g; W tym cukry: 40.56 g; WW: 26.55 Por; Potas: 4056.22 mg; Wapń: 482.06 mg; Fosfor: 1231.71 mg; Żelazo: 11.31 mg; Magnez: 309.08 mg;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Sałata z jogurtem 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 20g (***SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2035.67 kcal; Białko ogółem: 65.74 g; Tłuszcz ogółem: 66.26 g; Węglowodany ogółem: 268.04 g; Kw. tł. nasycone: 34.11 g; Sól: 3.89 g; Sód: 480.31 mg; Błonnik: 22.25 g; W tym cukry: 34.16 g; WW: 27.05 Por; Potas: 3399.22 mg; Wapń: 431.86 mg; Fosfor: 781.11 mg; Żelazo: 7.15 mg; Magnez: 194.68 mg;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

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 twarożkiem 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: 192.50 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 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
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***), Pasta mięsna z warzywami (włoszczyzna) 50g (***SEL***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami mix 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki mix 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) mix 180g (***GLU***), Warzywa mix 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***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Buraczki gotowane mix 100g ,
II Śniadanie: Mus owocowy 100g 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.42 kcal; Białko ogółem: 83.20 g; Tłuszcz ogółem: 54.95 g; Węglowodany ogółem: 284.22 g; Kw. tł. nasycone: 39.88 g; Sól: 4.61 g; Sód: 1681.78 mg; Błonnik: 32.57 g; W tym cukry: 44.39 g; WW: 28.65 Por; Potas: 4310.01 mg; Wapń: 538.96 mg; Fosfor: 1370.40 mg; Żelazo: 11.92 mg; Magnez: 334.48 mg;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
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 ani drobiowa 60g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Sałata z jogurtem 100g (***MLE***), 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***), Serek kanapkowy 50g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2122.13 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz ogółem: 57.90 g; Węglowodany ogółem: 264.28 g; Kw. tł. nasycone: 39.54 g; Sól: 6.94 g; Sód: 1576.71 mg; Błonnik: 28.51 g; W tym cukry: 41.04 g; WW: 26.65 Por; Potas: 4203.02 mg; Wapń: 496.26 mg; Fosfor: 1342.31 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 321.09 mg;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Sałata z jogurtem 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1846.28 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 57.52 g; Węglowodany ogółem: 252.28 g; Kw. tł. nasycone: 31.25 g; Sól: 5.18 g; Sód: 1184.27 mg; Błonnik: 15.98 g; W tym cukry: 38.34 g; WW: 25.50 Por; Potas: 3233.39 mg; Wapń: 474.24 mg; Fosfor: 894.54 mg; Żelazo: 7.89 mg; Magnez: 212.52 mg;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g , Sałata z jogurtem 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 20g (***SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1949.50 kcal; Białko ogółem: 67.86 g; Tłuszcz ogółem: 65.39 g; Węglowodany ogółem: 245.93 g; Kw. tł. nasycone: 32.45 g; Sól: 3.82 g; Sód: 453.58 mg; Błonnik: 20.67 g; W tym cukry: 22.07 g; WW: 24.84 Por; Potas: 3097.37 mg; Wapń: 194.26 mg; Fosfor: 721.01 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 183.94 mg;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) b/ml 180g (***GLU***), Sałata 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 drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU, SOJ, SEZ***), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1900.09 kcal; Białko ogółem: 76.71 g; Tłuszcz ogółem: 74.66 g; Węglowodany ogółem: 246.79 g; Kw. tł. nasycone: 22.83 g; Sól: 5.91 g; Sód: 1261.03 mg; Błonnik: 28.59 g; W tym cukry: 30.08 g; WW: 24.92 Por; Potas: 3807.80 mg; Wapń: 229.36 mg; Fosfor: 1024.35 mg; Żelazo: 11.40 mg; Magnez: 286.99 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-10-21	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 60g (***MLE***), Ogórek świeży 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (***GLU, JAJ***), Kompot owocowy 250ml , Sałata z jogurtem 100g (***MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2196.14 kcal; Białko ogółem: 68.83 g; Tłuszcz ogółem: 67.05 g; Węglowodany ogółem: 299.16 g; Kw. tł. nasycone: 44.61 g; Sól: 5.36 g; Sód: 1799.96 mg; Błonnik: 30.16 g; W tym cukry: 25.53 g; WW: 30.11 Por; Potas: 2853.26 mg; Wapń: 709.54 mg; Fosfor: 1032.70 mg; Żelazo: 9.68 mg; Magnez: 244.12 mg;

środa 2026-10-21	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki b/soli 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml , Sałata z jogurtem 100g (***MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (***SOJ***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1883.41 kcal; Białko ogółem: 60.73 g; Tłuszcz ogółem: 64.56 g; Węglowodany ogółem: 254.72 g; Kw. tł. nasycone: 33.49 g; Sól: 3.86 g; Sód: 457.09 mg; Błonnik: 21.60 g; W tym cukry: 41.29 g; WW: 25.73 Por; Potas: 3352.59 mg; Wapń: 470.15 mg; Fosfor: 767.65 mg; Żelazo: 6.84 mg; Magnez: 189.96 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***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***), Szynka gotowana - wędlina 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (***GLU***),	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 , Herbata czarna b/c 250ml ,	**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***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2015.54 kcal; Białko ogółem: 77.37 g; Tłuszcz ogółem: 51.66 g; Węglowodany ogółem: 291.70 g; Kw. tł. nasycone: 23.68 g; Sól: 6.47 g; Sód: 1938.01 mg; Błonnik: 32.94 g; W tym cukry: 54.53 g; WW: 29.32 Por; Potas: 3820.88 mg; Wapń: 424.79 mg; Fosfor: 1177.69 mg; Żelazo: 9.47 mg; Magnez: 329.30 mg;

czwartek 2026-10-22	**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***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB***), Szynka gotowana - wędlina 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (***GLU, MLE***), Brokuł gotowany 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***), 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 30g 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.99 kcal; Białko ogółem: 81.41 g; Tłuszcz ogółem: 45.06 g; Węglowodany ogółem: 260.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.01 g; Sól: 6.48 g; Sód: 2029.20 mg; Błonnik: 35.48 g; W tym cukry: 54.65 g; WW: 26.17 Por; Potas: 4072.46 mg; Wapń: 574.15 mg; Fosfor: 1416.79 mg; Żelazo: 10.73 mg; Magnez: 402.00 mg;

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka gotowana - wędlina 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Ziemniaki 200g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (***GLU, MLE***), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i buraka 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2235.40 kcal; Białko ogółem: 86.31 g; Tłuszcz ogółem: 49.16 g; Węglowodany ogółem: 355.97 g; Kw. tł. nasycone: 25.06 g; Sól: 4.94 g; Sód: 1331.30 mg; Błonnik: 27.90 g; W tym cukry: 80.88 g; WW: 35.96 Por; Potas: 4648.26 mg; Wapń: 437.12 mg; Fosfor: 1139.59 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 314.34 mg;

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka gotowana - wędlina 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (***GLU, MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***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***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1940.40 kcal; Białko ogółem: 77.57 g; Tłuszcz ogółem: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 318.92 g; Kw. tł. nasycone: 5.97 g; Sól: 4.53 g; Sód: 1264.81 mg; Błonnik: 27.09 g; W tym cukry: 77.67 g; WW: 32.22 Por; Potas: 4389.82 mg; Wapń: 244.37 mg; Fosfor: 938.63 mg; Żelazo: 9.19 mg; Magnez: 292.50 mg;

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka gotowana - wędlina 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (***GLU, MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***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***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2038.65 kcal; Białko ogółem: 63.07 g; Tłuszcz ogółem: 53.20 g; Węglowodany ogółem: 318.74 g; Kw. tł. nasycone: 24.91 g; Sól: 2.34 g; Sód: 321.78 mg; Błonnik: 27.36 g; W tym cukry: 73.75 g; WW: 32.18 Por; Potas: 4250.73 mg; Wapń: 377.80 mg; Fosfor: 881.34 mg; Żelazo: 6.41 mg; Magnez: 252.10 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-10-22	Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń	
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: 149.88 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 2026-10-22	Jadłospis dla diety: U. Papkowata	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z mięsa drobiowego 50g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Pasta warzywna 100g (***SEL***),	Zupa marchewkowa z ziemniakami mix 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki puree 200g , Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (***GLU, MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołachmix 100g , Brokuł gotowany na parze 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***), Warzywa mix 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1953.00 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz ogółem: 51.86 g; Węglowodany ogółem: 286.55 g; Kw. tł. nasycone: 28.32 g; Sól: 3.50 g; Sód: 1268.54 mg; Błonnik: 20.66 g; W tym cukry: 56.13 g; WW: 28.92 Por; Potas: 4196.20 mg; Wapń: 822.01 mg; Fosfor: 1423.23 mg; Żelazo: 8.85 mg; Magnez: 294.87 mg;

czwartek 2026-10-22	Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 100g (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , 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 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2131.38 kcal; Białko ogółem: 100.16 g; Tłuszcz ogółem: 50.00 g; Węglowodany ogółem: 323.48 g; Kw. tł. nasycone: 25.47 g; Sól: 3.20 g; Sód: 1132.02 mg; Błonnik: 23.28 g; W tym cukry: 79.77 g; WW: 32.73 Por; Potas: 4617.47 mg; Wapń: 516.60 mg; Fosfor: 1288.80 mg; Żelazo: 8.90 mg; Magnez: 299.04 mg;

czwartek 2026-10-22	Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka gotowana - wędlina 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , 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 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.35 kcal; Białko ogółem: 79.34 g; Tłuszcz ogółem: 46.02 g; Węglowodany ogółem: 320.76 g; Kw. tł. nasycone: 22.70 g; Sól: 4.00 g; Sód: 1078.86 mg; Błonnik: 22.81 g; W tym cukry: 74.89 g; WW: 32.42 Por; Potas: 4346.12 mg; Wapń: 405.92 mg; Fosfor: 1026.13 mg; Żelazo: 8.42 mg; Magnez: 285.80 mg;

czwartek 2026-10-22	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Gruszka 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos koperkowy b/mąki z m/ziem 70ml , Brokuł gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i buraka 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1955.95 kcal; Białko ogółem: 81.06 g; Tłuszcz ogółem: 55.07 g; Węglowodany ogółem: 296.90 g; Kw. tł. nasycone: 22.44 g; Sól: 1.25 g; Sód: 367.77 mg; Błonnik: 27.81 g; W tym cukry: 52.68 g; WW: 29.81 Por; Potas: 3948.92 mg; Wapń: 398.65 mg; Fosfor: 1056.55 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 224.21 mg;

czwartek 2026-10-22	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (***GLU, SOJ, SEZ***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Ogórek kiszony 100g , Herbata czarna b/c 250ml ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami b/ml 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (***GLU, SOJ, SEZ***), Rama bezmleczna 10 g 2g , Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		**Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1750.59 kcal; Białko ogółem: 86.46 g; Tłuszcz ogółem: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 284.20 g; Kw. tł. nasycone: 10.45 g; Sól: 6.41 g; Sód: 1832.62 mg; Błonnik: 30.25 g; W tym cukry: 52.18 g; WW: 28.60 Por; Potas: 3654.45 mg; Wapń: 189.23 mg; Fosfor: 986.71 mg; Żelazo: 8.37 mg; Magnez: 294.03 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-10-22	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***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***), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (***GLU, JAJ***), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g ,	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***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1902.64 kcal; Białko ogółem: 59.21 g; Tłuszcz ogółem: 57.94 g; Węglowodany ogółem: 289.36 g; Kw. tł. nasycone: 25.87 g; Sól: 5.23 g; Sód: 1967.87 mg; Błonnik: 21.82 g; W tym cukry: 36.06 g; WW: 29.29 Por; Potas: 3295.18 mg; Wapń: 568.46 mg; Fosfor: 890.29 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 241.78 mg;

czwartek 2026-10-22	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Kurczak gotowany - wędlina 40g (***SOJ, MLE, SEL, GOR***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) b/soli 60g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki b/soli 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Sos koperkowy (zabielany) b/soli 70ml (***GLU, MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), 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***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1835.20 kcal; Białko ogółem: 69.94 g; Tłuszcz ogółem: 51.65 g; Węglowodany ogółem: 270.72 g; Kw. tł. nasycone: 24.43 g; Sól: 2.11 g; Sód: 323.66 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 35.81 g; WW: 27.30 Por; Potas: 3501.32 mg; Wapń: 369.32 mg; Fosfor: 850.73 mg; Żelazo: 5.72 mg; Magnez: 188.59 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-23	**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***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Ogórek konserwowy 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Surówka z kiszonej kapusty z marchewką 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 twarogowa 60g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Ciasto drożdżowe 70g (***GLU, JAJ, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.61 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz ogółem: 60.83 g; Węglowodany ogółem: 312.14 g; Kw. tł. nasycone: 41.93 g; Sól: 6.13 g; Sód: 2098.03 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 56.23 g; WW: 31.51 Por; Potas: 3700.84 mg; Wapń: 625.16 mg; Fosfor: 1091.11 mg; Żelazo: 10.31 mg; Magnez: 280.97 mg;

piątek 2026-10-23	**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***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Surówka z kiszonej kapusty z marchewką 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***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Melon żółty 150g ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 30g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2171.81 kcal; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz ogółem: 50.92 g; Węglowodany ogółem: 257.15 g; Kw. tł. nasycone: 28.41 g; Sól: 6.74 g; Sód: 2367.72 mg; Błonnik: 30.64 g; W tym cukry: 40.82 g; WW: 25.97 Por; Potas: 3760.19 mg; Wapń: 817.65 mg; Fosfor: 1324.07 mg; Żelazo: 11.28 mg; Magnez: 333.65 mg;

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2248.33 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz ogółem: 51.38 g; Węglowodany ogółem: 324.83 g; Kw. tł. nasycone: 39.45 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1565.54 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 52.22 g; WW: 32.81 Por; Potas: 3763.04 mg; Wapń: 579.53 mg; Fosfor: 979.22 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 242.18 mg;

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2176.16 kcal; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz ogółem: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 317.23 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 5.24 g; Sód: 1565.54 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 52.46 g; WW: 32.05 Por; Potas: 3763.04 mg; Wapń: 579.53 mg; Fosfor: 979.22 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 242.18 mg;

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 30g (***SOJ***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.75 kcal; Białko ogółem: 58.45 g; Tłuszcz ogółem: 99.96 g; Węglowodany ogółem: 263.08 g; Kw. tł. nasycone: 38.81 g; Sól: 2.07 g; Sód: 455.59 mg; Błonnik: 23.55 g; W tym cukry: 29.24 g; WW: 26.57 Por; Potas: 3083.24 mg; Wapń: 238.48 mg; Fosfor: 547.82 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 154.38 mg;

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
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 twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.50 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 2026-10-23	Jadłospis dla diety: U. Papkowata	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pasta warzywna 100g (***SEL***),	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki puree 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) papka 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 80g (***MLE***), Marchewka duszona (papka) 100g (***GLU***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2179.22 kcal; Białko ogółem: 86.68 g; Tłuszcz ogółem: 56.89 g; Węglowodany ogółem: 284.78 g; Kw. tł. nasycone: 45.19 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1533.31 mg; Błonnik: 23.88 g; W tym cukry: 49.29 g; WW: 28.79 Por; Potas: 3605.31 mg; Wapń: 620.91 mg; Fosfor: 1033.01 mg; Żelazo: 7.81 mg; Magnez: 234.82 mg;

piątek 2026-10-23	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***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 200g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2267.21 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz ogółem: 58.50 g; Węglowodany ogółem: 277.56 g; Kw. tł. nasycone: 43.55 g; Sól: 5.47 g; Sód: 1588.85 mg; Błonnik: 18.60 g; W tym cukry: 46.81 g; WW: 28.04 Por; Potas: 3691.05 mg; Wapń: 595.40 mg; Fosfor: 918.42 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 217.36 mg;

piątek 2026-10-23	Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 80g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Buraczki gotowane 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2121.88 kcal; Białko ogółem: 88.62 g; Tłuszcz ogółem: 51.37 g; Węglowodany ogółem: 275.61 g; Kw. tł. nasycone: 43.16 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1395.98 mg; Błonnik: 14.02 g; W tym cukry: 40.52 g; WW: 27.85 Por; Potas: 3106.25 mg; Wapń: 544.39 mg; Fosfor: 926.76 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 196.94 mg;

piątek 2026-10-23	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy b/glu 70ml , Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2138.09 kcal; Białko ogółem: 65.94 g; Tłuszcz ogółem: 69.47 g; Węglowodany ogółem: 259.75 g; Kw. tł. nasycone: 41.45 g; Sól: 3.49 g; Sód: 718.46 mg; Błonnik: 22.41 g; W tym cukry: 27.31 g; WW: 26.17 Por; Potas: 3117.52 mg; Wapń: 262.67 mg; Fosfor: 549.77 mg; Żelazo: 6.16 mg; Magnez: 150.63 mg;

piątek 2026-10-23	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (***GLU, SOJ, SEZ***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (***GLU, SOJ, SEZ***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		**Posiłek nocny:** Melon żółty 150g , Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1830.18 kcal; Białko ogółem: 74.98 g; Tłuszcz ogółem: 50.54 g; Węglowodany ogółem: 272.12 g; Kw. tł. nasycone: 15.25 g; Sól: 7.02 g; Sód: 1642.94 mg; Błonnik: 23.63 g; W tym cukry: 39.70 g; WW: 27.58 Por; Potas: 2940.29 mg; Wapń: 238.13 mg; Fosfor: 625.60 mg; Żelazo: 8.08 mg; Magnez: 197.58 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-10-23	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
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***), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1928.09 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz ogółem: 53.04 g; Węglowodany ogółem: 276.15 g; Kw. tł. nasycone: 31.80 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1859.93 mg; Błonnik: 27.03 g; W tym cukry: 49.53 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3566.44 mg; Wapń: 573.46 mg; Fosfor: 994.11 mg; Żelazo: 9.35 mg; Magnez: 266.17 mg;

piątek 2026-10-23	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki b/soli 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem b/soli 100g (***RYB***), Sos pomidorowy b/soli 60ml (***GLU***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2417.18 kcal; Białko ogółem: 74.89 g; Tłuszcz ogółem: 83.26 g; Węglowodany ogółem: 290.68 g; Kw. tł. nasycone: 46.84 g; Sól: 3.33 g; Sód: 647.34 mg; Błonnik: 23.33 g; W tym cukry: 47.09 g; WW: 29.36 Por; Potas: 3449.04 mg; Wapń: 549.53 mg; Fosfor: 787.42 mg; Żelazo: 6.48 mg; Magnez: 185.98 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-24	**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 koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 350g (***GLU, JAJ, MLE***), 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: 2110.98 kcal; Białko ogółem: 67.87 g; Tłuszcz ogółem: 68.61 g; Węglowodany ogółem: 299.24 g; Kw. tł. nasycone: 35.52 g; Sól: 6.61 g; Sód: 2199.43 mg; Błonnik: 25.80 g; W tym cukry: 48.72 g; WW: 29.98 Por; Potas: 1915.93 mg; Wapń: 786.84 mg; Fosfor: 1033.35 mg; Żelazo: 7.44 mg; Magnez: 244.11 mg;

sobota 2026-10-24	**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 koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron pełnoziarnisty z truskawkami i śmietaną 350g (***GLU, MLE, MCK***), 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***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2044.58 kcal; Białko ogółem: 73.82 g; Tłuszcz ogółem: 56.79 g; Węglowodany ogółem: 266.05 g; Kw. tł. nasycone: 20.01 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2212.86 mg; Błonnik: 29.85 g; W tym cukry: 39.06 g; WW: 26.64 Por; Potas: 1920.82 mg; Wapń: 811.37 mg; Fosfor: 1077.12 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 290.45 mg;

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 350g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2083.68 kcal; Białko ogółem: 62.44 g; Tłuszcz ogółem: 59.15 g; Węglowodany ogółem: 333.81 g; Kw. tł. nasycone: 30.66 g; Sól: 4.18 g; Sód: 1225.56 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 50.12 g; WW: 33.56 Por; Potas: 1757.47 mg; Wapń: 508.41 mg; Fosfor: 695.61 mg; Żelazo: 7.25 mg; Magnez: 143.25 mg;

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 350g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2083.68 kcal; Białko ogółem: 62.44 g; Tłuszcz ogółem: 59.15 g; Węglowodany ogółem: 333.81 g; Kw. tł. nasycone: 30.66 g; Sól: 4.18 g; Sód: 1225.56 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 50.12 g; WW: 33.56 Por; Potas: 1757.47 mg; Wapń: 508.41 mg; Fosfor: 695.61 mg; Żelazo: 7.25 mg; Magnez: 143.25 mg;

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 350g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2150.88 kcal; Białko ogółem: 51.08 g; Tłuszcz ogółem: 66.35 g; Węglowodany ogółem: 341.49 g; Kw. tł. nasycone: 31.23 g; Sól: 2.66 g; Sód: 619.16 mg; Błonnik: 24.15 g; W tym cukry: 48.20 g; WW: 34.28 Por; Potas: 1578.27 mg; Wapń: 484.41 mg; Fosfor: 577.21 mg; Żelazo: 5.49 mg; Magnez: 114.45 mg;

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
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 twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.50 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 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Warzywa mix 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem mix 300ml (***SEL***), Makaron świderki mix 200g (***GLU, JAJ***), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek + śmietana 150g (***MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (***MLE***), Buraczki gotowane mix 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2087.81 kcal; Białko ogółem: 60.39 g; Tłuszcz ogółem: 62.40 g; Węglowodany ogółem: 329.55 g; Kw. tł. nasycone: 32.31 g; Sól: 3.73 g; Sód: 1230.27 mg; Błonnik: 20.62 g; W tym cukry: 47.04 g; WW: 33.17 Por; Potas: 1751.09 mg; Wapń: 552.85 mg; Fosfor: 725.25 mg; Żelazo: 7.79 mg; Magnez: 151.91 mg;

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 350g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2324.98 kcal; Białko ogółem: 88.91 g; Tłuszcz ogółem: 70.94 g; Węglowodany ogółem: 340.08 g; Kw. tł. nasycone: 33.08 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1325.57 mg; Błonnik: 19.66 g; W tym cukry: 50.80 g; WW: 34.16 Por; Potas: 2118.80 mg; Wapń: 536.70 mg; Fosfor: 953.82 mg; Żelazo: 8.03 mg; Magnez: 171.63 mg;

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 350g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2051.28 kcal; Białko ogółem: 61.00 g; Tłuszcz ogółem: 58.98 g; Węglowodany ogółem: 326.60 g; Kw. tł. nasycone: 30.62 g; Sól: 4.05 g; Sód: 1194.74 mg; Błonnik: 17.81 g; W tym cukry: 44.99 g; WW: 32.82 Por; Potas: 1414.27 mg; Wapń: 482.49 mg; Fosfor: 674.51 mg; Żelazo: 6.10 mg; Magnez: 129.80 mg;

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glutenu 100g (***JAJ***), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 40g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1695.28 kcal; Białko ogółem: 60.32 g; Tłuszcz ogółem: 63.36 g; Węglowodany ogółem: 230.37 g; Kw. tł. nasycone: 24.59 g; Sól: 2.12 g; Sód: 219.75 mg; Błonnik: 21.45 g; W tym cukry: 23.85 g; WW: 23.22 Por; Potas: 2554.43 mg; Wapń: 211.50 mg; Fosfor: 585.92 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 130.11 mg;

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Makaron z owocami 350g (***GLU, JAJ***), Kompot owocowy 250ml , Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300ml (***SEL***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***), Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1888.79 kcal; Białko ogółem: 58.52 g; Tłuszcz ogółem: 50.45 g; Węglowodany ogółem: 313.04 g; Kw. tł. nasycone: 15.49 g; Sól: 4.38 g; Sód: 910.96 mg; Błonnik: 16.48 g; W tym cukry: 27.79 g; WW: 31.50 Por; Potas: 1494.24 mg; Wapń: 154.13 mg; Fosfor: 457.33 mg; Żelazo: 7.09 mg; Magnez: 109.20 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-10-24	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***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 350g (***GLU, JAJ, MLE***), 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***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Ogórek kiszony 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.96 kcal; Białko ogółem: 52.37 g; Tłuszcz ogółem: 73.52 g; Węglowodany ogółem: 294.15 g; Kw. tł. nasycone: 31.42 g; Sól: 4.88 g; Sód: 1726.32 mg; Błonnik: 23.31 g; W tym cukry: 42.44 g; WW: 29.47 Por; Potas: 1580.07 mg; Wapń: 485.48 mg; Fosfor: 789.10 mg; Żelazo: 6.45 mg; Magnez: 203.35 mg;

sobota 2026-10-24	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 350g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2083.68 kcal; Białko ogółem: 62.44 g; Tłuszcz ogółem: 59.15 g; Węglowodany ogółem: 333.81 g; Kw. tł. nasycone: 30.66 g; Sól: 4.18 g; Sód: 1225.56 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 50.12 g; WW: 33.56 Por; Potas: 1757.47 mg; Wapń: 508.41 mg; Fosfor: 695.61 mg; Żelazo: 7.25 mg; Magnez: 143.25 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-25	**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 ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), 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: Ciasto drożdżowe 70g (***GLU, JAJ, MLE***),	**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: 2358.59 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz ogółem: 68.01 g; Węglowodany ogółem: 345.96 g; Kw. tł. nasycone: 34.53 g; Sól: 5.34 g; Sód: 1406.84 mg; Błonnik: 32.24 g; W tym cukry: 60.34 g; WW: 34.63 Por; Potas: 3067.35 mg; Wapń: 560.11 mg; Fosfor: 1137.38 mg; Żelazo: 10.19 mg; Magnez: 271.23 mg;

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (***SOJ, 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 ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko duszone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Mizeria z jogurtem 100g (***MLE***), 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 60g (***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 40g (***SOJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.37 kcal; Białko ogółem: 91.88 g; Tłuszcz ogółem: 63.92 g; Węglowodany ogółem: 264.57 g; Kw. tł. nasycone: 13.72 g; Sól: 6.17 g; Sód: 1344.85 mg; Błonnik: 34.72 g; W tym cukry: 46.82 g; WW: 26.53 Por; Potas: 3699.61 mg; Wapń: 521.73 mg; Fosfor: 1337.54 mg; Żelazo: 11.49 mg; Magnez: 334.16 mg;

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 60g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), 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 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem 60g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2309.23 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz ogółem: 71.22 g; Węglowodany ogółem: 330.50 g; Kw. tł. nasycone: 28.95 g; Sól: 5.74 g; Sód: 1352.16 mg; Błonnik: 22.66 g; W tym cukry: 54.28 g; WW: 33.29 Por; Potas: 3301.63 mg; Wapń: 490.36 mg; Fosfor: 1028.85 mg; Żelazo: 8.35 mg; Magnez: 228.53 mg;

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 60g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), 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 110g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem 60g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.10 kcal; Białko ogółem: 82.84 g; Tłuszcz ogółem: 42.09 g; Węglowodany ogółem: 295.91 g; Kw. tł. nasycone: 8.66 g; Sól: 5.23 g; Sód: 1249.88 mg; Błonnik: 22.43 g; W tym cukry: 31.91 g; WW: 29.78 Por; Potas: 2887.85 mg; Wapń: 189.74 mg; Fosfor: 788.21 mg; Żelazo: 7.78 mg; Magnez: 183.73 mg;

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli 60g (***JAJ, RYB, GOR***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Banan 1szt , Herbata czarna 250ml ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***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: 2243.81 kcal; Białko ogółem: 59.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.94 g; Węglowodany ogółem: 321.03 g; Kw. tł. nasycone: 27.70 g; Sól: 2.27 g; Sód: 816.42 mg; Błonnik: 26.09 g; W tym cukry: 73.66 g; WW: 32.34 Por; Potas: 3487.02 mg; Wapń: 164.40 mg; Fosfor: 727.52 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 206.75 mg;

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
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 ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

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***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.79 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.50 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 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Miód sztukowy 25g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, 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***), Twarożek z koperkiem 80g (***MLE***), Pasta warzywna 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2138.49 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz ogółem: 71.59 g; Węglowodany ogółem: 300.05 g; Kw. tł. nasycone: 29.76 g; Sól: 5.14 g; Sód: 1940.61 mg; Błonnik: 19.64 g; W tym cukry: 49.01 g; WW: 30.27 Por; Potas: 2966.76 mg; Wapń: 521.20 mg; Fosfor: 1090.63 mg; Żelazo: 7.83 mg; Magnez: 222.52 mg;

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli 60g (***JAJ, RYB, GOR***), Szynka delikatna z fileta 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (***MLE***),	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), 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***), Twarożek z koperkiem 100g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2307.20 kcal; Białko ogółem: 124.18 g; Tłuszcz ogółem: 79.06 g; Węglowodany ogółem: 281.80 g; Kw. tł. nasycone: 33.14 g; Sól: 8.05 g; Sód: 1784.16 mg; Błonnik: 19.31 g; W tym cukry: 62.42 g; WW: 28.39 Por; Potas: 3755.20 mg; Wapń: 675.62 mg; Fosfor: 1351.68 mg; Żelazo: 8.95 mg; Magnez: 251.31 mg;

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem 80g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Sałata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2132.31 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz ogółem: 68.35 g; Węglowodany ogółem: 296.40 g; Kw. tł. nasycone: 28.53 g; Sól: 6.01 g; Sód: 1903.26 mg; Błonnik: 16.93 g; W tym cukry: 51.40 g; WW: 29.88 Por; Potas: 2848.69 mg; Wapń: 489.11 mg; Fosfor: 1068.58 mg; Żelazo: 7.72 mg; Magnez: 211.62 mg;

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli 60g (***JAJ, RYB, GOR***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem 80g (***MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2248.05 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz ogółem: 82.67 g; Węglowodany ogółem: 289.91 g; Kw. tł. nasycone: 29.14 g; Sól: 2.61 g; Sód: 952.62 mg; Błonnik: 21.63 g; W tym cukry: 53.03 g; WW: 29.12 Por; Potas: 3412.06 mg; Wapń: 471.22 mg; Fosfor: 1148.75 mg; Żelazo: 6.25 mg; Magnez: 213.96 mg;

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (***GLU, SOJ, SEZ***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Szynka delikatna z fileta 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pomidor 100g , Herbata czarna 250ml ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (***GLU, SOJ, SEZ***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Kiełbasa krakowska 60g (***GLU, SOJ***), Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2248.54 kcal; Białko ogółem: 109.92 g; Tłuszcz ogółem: 74.10 g; Węglowodany ogółem: 287.30 g; Kw. tł. nasycone: 15.24 g; Sól: 8.22 g; Sód: 1878.07 mg; Błonnik: 32.02 g; W tym cukry: 56.49 g; WW: 28.75 Por; Potas: 3444.59 mg; Wapń: 179.54 mg; Fosfor: 1064.70 mg; Żelazo: 9.27 mg; Magnez: 238.28 mg;

niedziela 2026-10-25	**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 makreli 60g (***JAJ, RYB, GOR***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), 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***), Twarożek z koperkiem 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2042.07 kcal; Białko ogółem: 72.23 g; Tłuszcz ogółem: 66.44 g; Węglowodany ogółem: 297.36 g; Kw. tł. nasycone: 27.77 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1685.10 mg; Błonnik: 31.16 g; W tym cukry: 67.20 g; WW: 29.83 Por; Potas: 3366.60 mg; Wapń: 512.92 mg; Fosfor: 1038.16 mg; Żelazo: 9.27 mg; Magnez: 268.45 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-10-25	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Miód sztukowy 25g 2szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Kluski śląskie 200g (***JAJ***), Mizeria z jogurtem 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem b/soli 80g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2338.66 kcal; Białko ogółem: 74.15 g; Tłuszcz ogółem: 83.27 g; Węglowodany ogółem: 325.04 g; Kw. tł. nasycone: 35.89 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1082.18 mg; Błonnik: 19.42 g; W tym cukry: 55.59 g; WW: 32.67 Por; Potas: 2673.75 mg; Wapń: 503.75 mg; Fosfor: 935.39 mg; Żelazo: 6.75 mg; Magnez: 183.11 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone