Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Schab gotowany na parze 100g , Sos własny 60ml (***GLU***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser topiony 1szt (***MLE***), Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Szynka wieprzowa z liściem 30g (***GLU, SOJ***),
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1950.89 kcal; Białko ogółem: 79.91 g; Tłuszcz ogółem: 61.03 g; Węglowodany ogółem: 264.80 g; Kw. tł. nasycone: 28.41 g; Sól: 8.81 g; Sód: 1888.20 mg; Błonnik: 33.95 g; W tym cukry: 58.17 g; WW: 26.61 Por; Potas: 3812.97 mg; Wapń: 534.11 mg; Fosfor: 1106.94 mg; Żelazo: 10.22 mg; Magnez: 318.47 mg;

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Schab gotowany na parze 100g , Sos własny 60ml (***GLU***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), 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 topiony 1szt (***MLE***), Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Szynka wieprzowa z liściem 30g (***GLU, SOJ***),
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	**Podwieczorek:** Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Herbata czarna b/c 250ml ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1938.64 kcal; Białko ogółem: 83.95 g; Tłuszcz ogółem: 49.03 g; Węglowodany ogółem: 257.72 g; Kw. tł. nasycone: 13.07 g; Sól: 8.86 g; Sód: 1945.15 mg; Błonnik: 37.30 g; W tym cukry: 49.44 g; WW: 25.92 Por; Potas: 4000.87 mg; Wapń: 558.06 mg; Fosfor: 1278.54 mg; Żelazo: 11.80 mg; Magnez: 378.27 mg;

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Schab gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 60g (***GLU, SOJ***), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1941.14 kcal; Białko ogółem: 83.68 g; Tłuszcz ogółem: 56.02 g; Węglowodany ogółem: 287.17 g; Kw. tł. nasycone: 24.71 g; Sól: 9.01 g; Sód: 1998.53 mg; Błonnik: 21.73 g; W tym cukry: 41.63 g; WW: 29.00 Por; Potas: 3458.23 mg; Wapń: 468.44 mg; Fosfor: 971.02 mg; Żelazo: 8.14 mg; Magnez: 262.29 mg;

poniedziałek 2026-10-26	**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***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Schab gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 60g (***GLU, SOJ***), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1836.74 kcal; Białko ogółem: 84.82 g; Tłuszcz ogółem: 33.06 g; Węglowodany ogółem: 277.28 g; Kw. tł. nasycone: 8.01 g; Sól: 9.02 g; Sód: 2009.53 mg; Błonnik: 21.73 g; W tym cukry: 41.63 g; WW: 28.00 Por; Potas: 3474.23 mg; Wapń: 473.44 mg; Fosfor: 972.02 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 264.29 mg;

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka hetmańska 50g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Schab gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 40g (***GLU, SOJ***), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1728.94 kcal; Białko ogółem: 59.95 g; Tłuszcz ogółem: 59.29 g; Węglowodany ogółem: 248.80 g; Kw. tł. nasycone: 24.90 g; Sól: 5.53 g; Sód: 1012.13 mg; Błonnik: 21.22 g; W tym cukry: 35.54 g; WW: 25.11 Por; Potas: 3147.03 mg; Wapń: 432.44 mg; Fosfor: 755.62 mg; Żelazo: 5.28 mg; Magnez: 206.49 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26	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***),

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;

poniedziałek 2026-10-26	Jadłospis dla diety: U. Papkowata	
Kawa zbożowa na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pasta warzywna 100g (***SEL***), Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml mix 300ml (***SEL***), Schab gotowany na parze mix 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g , Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki mix 200g ,	Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser topiony 1szt (***MLE***), Pasta warzywna 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2015.22 kcal; Białko ogółem: 76.21 g; Tłuszcz ogółem: 51.79 g; Węglowodany ogółem: 279.63 g; Kw. tł. nasycone: 41.99 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1471.85 mg; Błonnik: 23.69 g; W tym cukry: 45.50 g; WW: 28.29 Por; Potas: 3621.96 mg; Wapń: 590.82 mg; Fosfor: 1052.99 mg; Żelazo: 8.61 mg; Magnez: 239.66 mg;

poniedziałek 2026-10-26	Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Schab gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 60g (***GLU, SOJ***), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1771.84 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz ogółem: 54.00 g; Węglowodany ogółem: 254.81 g; Kw. tł. nasycone: 22.93 g; Sól: 8.36 g; Sód: 1770.13 mg; Błonnik: 17.42 g; W tym cukry: 38.11 g; WW: 25.75 Por; Potas: 3371.03 mg; Wapń: 462.44 mg; Fosfor: 903.62 mg; Żelazo: 7.48 mg; Magnez: 242.49 mg;

poniedziałek 2026-10-26	Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa	
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka hetmańska 50g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Schab gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 50g (***SEL, S02***), Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 60g (***GLU, SOJ***), Wafle ryżowe 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1542.50 kcal; Białko ogółem: 69.34 g; Tłuszcz ogółem: 45.77 g; Węglowodany ogółem: 226.37 g; Kw. tł. nasycone: 19.63 g; Sól: 6.12 g; Sód: 994.96 mg; Błonnik: 14.03 g; W tym cukry: 17.05 g; WW: 22.89 Por; Potas: 2637.06 mg; Wapń: 126.41 mg; Fosfor: 634.05 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 160.70 mg;

poniedziałek 2026-10-26	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka gotowana bezglutenu 60g , Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sos własny b/mąki 40ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser topiony 2szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2060.24 kcal; Białko ogółem: 57.00 g; Tłuszcz ogółem: 80.56 g; Węglowodany ogółem: 287.24 g; Kw. tł. nasycone: 29.02 g; Sól: 5.36 g; Sód: 939.06 mg; Błonnik: 24.30 g; W tym cukry: 18.40 g; WW: 29.08 Por; Potas: 3685.29 mg; Wapń: 134.51 mg; Fosfor: 650.86 mg; Żelazo: 5.94 mg; Magnez: 221.48 mg;

poniedziałek 2026-10-26	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (***SEL***), Udko duszone 2 sztuki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (***SOJ***), Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g ,
II Śniadanie: Mus owocowy 100g 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		**Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2179.78 kcal; Białko ogółem: 76.30 g; Tłuszcz ogółem: 85.61 g; Węglowodany ogółem: 293.39 g; Kw. tł. nasycone: 20.42 g; Sól: 7.58 g; Sód: 1803.02 mg; Błonnik: 29.94 g; W tym cukry: 29.16 g; WW: 29.70 Por; Potas: 4400.84 mg; Wapń: 174.25 mg; Fosfor: 1132.23 mg; Żelazo: 10.26 mg; Magnez: 333.54 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Tofu z cebulą 100g (***SOJ***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser topiony 2szt (***MLE***), Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1722.38 kcal; Białko ogółem: 60.01 g; Tłuszcz ogółem: 65.63 g; Węglowodany ogółem: 238.48 g; Kw. tł. nasycone: 30.12 g; Sól: 8.75 g; Sód: 1733.11 mg; Błonnik: 27.61 g; W tym cukry: 42.26 g; WW: 24.15 Por; Potas: 3196.35 mg; Wapń: 466.07 mg; Fosfor: 852.30 mg; Żelazo: 7.90 mg; Magnez: 273.36 mg;

poniedziałek 2026-10-26	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***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Schab gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 40g (***GLU, SOJ***), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1815.88 kcal; Białko ogółem: 61.17 g; Tłuszcz ogółem: 59.54 g; Węglowodany ogółem: 268.75 g; Kw. tł. nasycone: 24.99 g; Sól: 5.77 g; Sód: 1012.13 mg; Błonnik: 21.22 g; W tym cukry: 35.59 g; WW: 27.13 Por; Potas: 3147.03 mg; Wapń: 432.44 mg; Fosfor: 755.62 mg; Żelazo: 5.28 mg; Magnez: 206.49 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***), Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 60g (***MLE***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2235.06 kcal; Białko ogółem: 84.53 g; Tłuszcz ogółem: 82.28 g; Węglowodany ogółem: 301.58 g; Kw. tł. nasycone: 35.12 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1980.52 mg; Błonnik: 34.67 g; W tym cukry: 61.92 g; WW: 30.16 Por; Potas: 3527.14 mg; Wapń: 985.91 mg; Fosfor: 1525.61 mg; Żelazo: 12.84 mg; Magnez: 311.72 mg;

wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Kasza gryczana 200g , Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 60g (***MLE***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka konserwowa wieprzowa 20g (***SOJ, MLE, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2122.00 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz ogółem: 67.23 g; Węglowodany ogółem: 254.27 g; Kw. tł. nasycone: 20.69 g; Sól: 6.27 g; Sód: 2134.78 mg; Błonnik: 39.05 g; W tym cukry: 49.78 g; WW: 25.46 Por; Potas: 3753.29 mg; Wapń: 1061.93 mg; Fosfor: 1808.57 mg; Żelazo: 14.30 mg; Magnez: 474.73 mg;

wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Dżem szt - 25g 1szt , Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***), Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2373.70 kcal; Białko ogółem: 84.32 g; Tłuszcz ogółem: 71.36 g; Węglowodany ogółem: 364.10 g; Kw. tł. nasycone: 27.43 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1555.50 mg; Błonnik: 26.69 g; W tym cukry: 79.09 g; WW: 36.74 Por; Potas: 3675.38 mg; Wapń: 454.49 mg; Fosfor: 1106.45 mg; Żelazo: 11.07 mg; Magnez: 305.95 mg;

wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Dżem szt - 25g 1szt , Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***), Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2299.30 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz ogółem: 48.40 g; Węglowodany ogółem: 363.92 g; Kw. tł. nasycone: 12.33 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1555.50 mg; Błonnik: 26.69 g; W tym cukry: 79.09 g; WW: 36.74 Por; Potas: 3675.38 mg; Wapń: 454.49 mg; Fosfor: 1106.45 mg; Żelazo: 11.07 mg; Magnez: 305.95 mg;

wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***), Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 40g (***MLE***), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1916.03 kcal; Białko ogółem: 47.42 g; Tłuszcz ogółem: 67.31 g; Węglowodany ogółem: 291.42 g; Kw. tł. nasycone: 23.31 g; Sól: 1.26 g; Sód: 408.30 mg; Błonnik: 23.42 g; W tym cukry: 63.11 g; WW: 29.40 Por; Potas: 2837.78 mg; Wapń: 195.89 mg; Fosfor: 590.55 mg; Żelazo: 6.47 mg; Magnez: 185.05 mg;

wtorek 2026-10-27	**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 , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kasza jaglana na mleku z 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: 1558.19 kcal; Białko ogółem: 81.36 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 192.50 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 1.25 g; Sód: 379.49 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2948.65 mg; Wapń: 442.85 mg; Fosfor: 1166.39 mg; Żelazo: 6.91 mg; Magnez: 238.59 mg;

wtorek 2026-10-27	Jadłospis dla diety: U. Papkowata	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z wędliny z zieleniną 80g (***SOJ, MLE, SEL***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko mix 200g , Udko z kurczaka pieczone papka 100g , Buraczki gotowane mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta mięsna z brokułem 80g , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1953.89 kcal; Białko ogółem: 83.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.51 g; Węglowodany ogółem: 303.44 g; Kw. tł. nasycone: 26.27 g; Sól: 6.33 g; Sód: 1365.28 mg; Błonnik: 24.86 g; W tym cukry: 48.70 g; WW: 30.64 Por; Potas: 3147.01 mg; Wapń: 568.91 mg; Fosfor: 1057.81 mg; Żelazo: 9.64 mg; Magnez: 229.76 mg;

wtorek 2026-10-27	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***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***), Udko z kurczaka pieczone 2 sztuki 200g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 60g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Biszkopty 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2497.38 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz ogółem: 82.01 g; Węglowodany ogółem: 333.13 g; Kw. tł. nasycone: 28.68 g; Sól: 4.48 g; Sód: 1399.72 mg; Błonnik: 23.14 g; W tym cukry: 75.71 g; WW: 33.64 Por; Potas: 3882.02 mg; Wapń: 454.90 mg; Fosfor: 1232.17 mg; Żelazo: 11.10 mg; Magnez: 307.54 mg;

wtorek 2026-10-27	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***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 50g (***SOJ, MLE, SEL***), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***), Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1864.23 kcal; Białko ogółem: 74.95 g; Tłuszcz ogółem: 58.44 g; Węglowodany ogółem: 273.88 g; Kw. tł. nasycone: 24.65 g; Sól: 3.48 g; Sód: 1256.88 mg; Błonnik: 16.59 g; W tym cukry: 28.53 g; WW: 27.54 Por; Potas: 2399.36 mg; Wapń: 386.38 mg; Fosfor: 979.35 mg; Żelazo: 7.64 mg; Magnez: 199.44 mg;

wtorek 2026-10-27	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Udko z kurczaka pieczone 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 60g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1978.76 kcal; Białko ogółem: 56.89 g; Tłuszcz ogółem: 67.82 g; Węglowodany ogółem: 297.34 g; Kw. tł. nasycone: 25.45 g; Sól: 1.99 g; Sód: 484.75 mg; Błonnik: 23.96 g; W tym cukry: 63.73 g; WW: 30.02 Por; Potas: 2863.38 mg; Wapń: 208.26 mg; Fosfor: 614.35 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 182.96 mg;

wtorek 2026-10-27	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Rzodkiewka biała 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (***SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***), Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		**Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1990.01 kcal; Białko ogółem: 66.14 g; Tłuszcz ogółem: 64.85 g; Węglowodany ogółem: 304.11 g; Kw. tł. nasycone: 17.30 g; Sól: 6.14 g; Sód: 1118.35 mg; Błonnik: 33.81 g; W tym cukry: 51.49 g; WW: 30.55 Por; Potas: 3044.49 mg; Wapń: 222.18 mg; Fosfor: 859.22 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 225.95 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-10-27	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (***MLE***), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Risotto z warzywami i ciecierzycą 300g , Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 60g (***MLE***), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1974.63 kcal; Białko ogółem: 61.85 g; Tłuszcz ogółem: 84.73 g; Węglowodany ogółem: 257.08 g; Kw. tł. nasycone: 30.58 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1699.19 mg; Błonnik: 32.47 g; W tym cukry: 40.33 g; WW: 25.89 Por; Potas: 2738.94 mg; Wapń: 783.97 mg; Fosfor: 1147.09 mg; Żelazo: 10.56 mg; Magnez: 266.77 mg;

wtorek 2026-10-27	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***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Sos pomidorowy b/soli 70ml (***GLU***), Udko z kurczaka pieczone b/soli 100g , Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 40g (***MLE***), Szynka konserwowa wieprzowa 20g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2177.13 kcal; Białko ogółem: 62.50 g; Tłuszcz ogółem: 75.26 g; Węglowodany ogółem: 326.22 g; Kw. tł. nasycone: 27.28 g; Sól: 2.14 g; Sód: 482.10 mg; Błonnik: 26.21 g; W tym cukry: 72.57 g; WW: 32.90 Por; Potas: 3332.18 mg; Wapń: 397.49 mg; Fosfor: 862.05 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 246.55 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-28	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Ketchup 10g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (***MLE, SEL***), Kotlet mielony smażony 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 50g (***RYB, SEL***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Mus owocowy 100g 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2382.55 kcal; Białko ogółem: 83.72 g; Tłuszcz ogółem: 86.10 g; Węglowodany ogółem: 281.82 g; Kw. tł. nasycone: 45.61 g; Sól: 5.95 g; Sód: 2230.85 mg; Błonnik: 30.05 g; W tym cukry: 53.33 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3953.65 mg; Wapń: 724.92 mg; Fosfor: 1308.61 mg; Żelazo: 11.15 mg; Magnez: 308.99 mg;

środa 2026-10-28	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 10g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (***MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 50g (***RYB, SEL***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.92 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz ogółem: 63.16 g; Węglowodany ogółem: 282.98 g; Kw. tł. nasycone: 28.78 g; Sól: 5.95 g; Sód: 2280.50 mg; Błonnik: 37.29 g; W tym cukry: 49.44 g; WW: 28.40 Por; Potas: 4248.30 mg; Wapń: 715.97 mg; Fosfor: 1465.82 mg; Żelazo: 13.16 mg; Magnez: 376.54 mg;

środa 2026-10-28	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 50g (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pomidor b/skóry 90g , Banan 1szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (***MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (***GLU, JAJ***), Sos koperkowy 70ml (***GLU***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2406.30 kcal; Białko ogółem: 86.91 g; Tłuszcz ogółem: 58.06 g; Węglowodany ogółem: 358.42 g; Kw. tł. nasycone: 38.75 g; Sól: 6.03 g; Sód: 1661.90 mg; Błonnik: 28.61 g; W tym cukry: 90.65 g; WW: 36.24 Por; Potas: 4613.48 mg; Wapń: 552.03 mg; Fosfor: 1043.53 mg; Żelazo: 11.43 mg; Magnez: 318.97 mg;

środa 2026-10-28	**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***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 50g (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 30g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Banan 1szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (***MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Sos koperkowy 70ml (***GLU***), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2294.60 kcal; Białko ogółem: 86.19 g; Tłuszcz ogółem: 34.96 g; Węglowodany ogółem: 348.93 g; Kw. tł. nasycone: 21.97 g; Sól: 5.79 g; Sód: 1662.70 mg; Błonnik: 28.89 g; W tym cukry: 90.78 g; WW: 35.28 Por; Potas: 4640.28 mg; Wapń: 556.83 mg; Fosfor: 1047.73 mg; Żelazo: 11.57 mg; Magnez: 320.77 mg;

środa 2026-10-28	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (***MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 70ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Buraczki gotowane 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1649.74 kcal; Białko ogółem: 47.22 g; Tłuszcz ogółem: 51.21 g; Węglowodany ogółem: 255.95 g; Kw. tł. nasycone: 21.55 g; Sól: 2.13 g; Sód: 352.75 mg; Błonnik: 24.46 g; W tym cukry: 28.12 g; WW: 25.86 Por; Potas: 3137.48 mg; Wapń: 176.28 mg; Fosfor: 514.83 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 162.97 mg;

środa 2026-10-28	**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 2026-10-28	**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***), Serek kanapkowy 50g (***MLE***), Pasta z wędliny 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml mix 300ml (***SEL***), Pulpet wieprzowy gotowany na parze mix 100g (***GLU, JAJ***), Sos koperkowy 70ml (***GLU***), Ziemniaki z pietruszką mix 200g , Warzywa mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pasta z wędliny i mięsa 50g (***JAJ, GOR***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2096.13 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz ogółem: 58.53 g; Węglowodany ogółem: 280.88 g; Kw. tł. nasycone: 38.35 g; Sól: 5.66 g; Sód: 1372.03 mg; Błonnik: 19.90 g; W tym cukry: 39.06 g; WW: 28.35 Por; Potas: 3376.16 mg; Wapń: 493.27 mg; Fosfor: 941.81 mg; Żelazo: 8.62 mg; Magnez: 222.48 mg;

środa 2026-10-28	**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 , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (***MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.30 kcal; Białko ogółem: 79.78 g; Tłuszcz ogółem: 53.67 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; Kw. tł. nasycone: 43.95 g; Sól: 5.55 g; Sód: 1539.88 mg; Błonnik: 21.01 g; W tym cukry: 49.48 g; WW: 29.96 Por; Potas: 3754.59 mg; Wapń: 548.53 mg; Fosfor: 969.42 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 233.74 mg;

środa 2026-10-28	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 60g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Miód sztukowy 25g 1szt , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (***MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (***GLU, JAJ***), Sos koperkowy 70ml (***GLU***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 80g (***RYB, SEL***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1937.80 kcal; Białko ogółem: 74.47 g; Tłuszcz ogółem: 50.10 g; Węglowodany ogółem: 306.71 g; Kw. tł. nasycone: 21.59 g; Sól: 4.91 g; Sód: 1190.46 mg; Błonnik: 21.13 g; W tym cukry: 35.89 g; WW: 30.96 Por; Potas: 3351.29 mg; Wapń: 217.60 mg; Fosfor: 711.33 mg; Żelazo: 10.08 mg; Magnez: 208.32 mg;

środa 2026-10-28	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (***MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glutenu 100g (***JAJ***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 40g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1873.43 kcal; Białko ogółem: 57.15 g; Tłuszcz ogółem: 71.16 g; Węglowodany ogółem: 254.88 g; Kw. tł. nasycone: 22.86 g; Sól: 2.29 g; Sód: 278.35 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 33.55 g; WW: 25.74 Por; Potas: 3261.62 mg; Wapń: 172.68 mg; Fosfor: 574.39 mg; Żelazo: 7.05 mg; Magnez: 166.97 mg;

środa 2026-10-28	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Parówka drobiowa 1 szt 2szt , Ketchup 10g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) b/ml 300ml (***SEL***), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 40g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Mus owocowy 100g 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2095.29 kcal; Białko ogółem: 80.49 g; Tłuszcz ogółem: 79.54 g; Węglowodany ogółem: 267.28 g; Kw. tł. nasycone: 23.55 g; Sól: 5.62 g; Sód: 2095.28 mg; Błonnik: 25.76 g; W tym cukry: 31.20 g; WW: 26.91 Por; Potas: 3616.76 mg; Wapń: 241.31 mg; Fosfor: 986.17 mg; Żelazo: 10.38 mg; Magnez: 253.19 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-10-28	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (***GLU, JAJ***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 50g (***RYB, SEL***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2156.98 kcal; Białko ogółem: 50.46 g; Tłuszcz ogółem: 72.33 g; Węglowodany ogółem: 286.94 g; Kw. tł. nasycone: 38.96 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1452.88 mg; Błonnik: 35.57 g; W tym cukry: 52.09 g; WW: 28.93 Por; Potas: 3555.22 mg; Wapń: 552.59 mg; Fosfor: 954.89 mg; Żelazo: 9.90 mg; Magnez: 273.80 mg;

środa 2026-10-28	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***), Szynka delikatna z fileta 60g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Miód sztukowy 25g 1szt , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (***MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki b/soli 200g , Sos pomidorowy b/soli 70ml (***GLU***), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) b/soli 60g (***RYB, SEL***), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1946.96 kcal; Białko ogółem: 65.27 g; Tłuszcz ogółem: 66.93 g; Węglowodany ogółem: 275.56 g; Kw. tł. nasycone: 27.06 g; Sól: 3.33 g; Sód: 346.01 mg; Błonnik: 22.71 g; W tym cukry: 41.37 g; WW: 27.82 Por; Potas: 3306.86 mg; Wapń: 444.46 mg; Fosfor: 705.50 mg; Żelazo: 6.08 mg; Magnez: 178.29 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Kociołek meksykański z kruczakiem i kukurydzą 180g (***GLU, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Brokuł gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 40g (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 30g (***GLU, SOJ***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Babka 40g (***GLU, JAJ, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1954.27 kcal; Białko ogółem: 84.72 g; Tłuszcz ogółem: 59.64 g; Węglowodany ogółem: 279.55 g; Kw. tł. nasycone: 29.45 g; Sól: 7.44 g; Sód: 2218.26 mg; Błonnik: 29.99 g; W tym cukry: 63.13 g; WW: 28.15 Por; Potas: 4091.09 mg; Wapń: 740.87 mg; Fosfor: 1330.43 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 333.29 mg;

czwartek 2026-10-29	**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 ani drobiowa 40g (***SOJ***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Kociołek meksykański z kruczakiem i kukurydzą 180g (***GLU, SEL***), Kompot owocowy b/c 250ml , Brokuł gotowany na parze 100g ,	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***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 30g (***GLU, SOJ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1952.58 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz ogółem: 49.14 g; Węglowodany ogółem: 252.96 g; Kw. tł. nasycone: 15.09 g; Sól: 8.51 g; Sód: 2492.56 mg; Błonnik: 36.26 g; W tym cukry: 43.64 g; WW: 25.52 Por; Potas: 4404.44 mg; Wapń: 832.32 mg; Fosfor: 1550.49 mg; Żelazo: 12.75 mg; Magnez: 417.99 mg;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Banan 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2201.70 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz ogółem: 45.89 g; Węglowodany ogółem: 345.15 g; Kw. tł. nasycone: 32.36 g; Sól: 5.94 g; Sód: 1387.59 mg; Błonnik: 25.32 g; W tym cukry: 74.90 g; WW: 34.92 Por; Potas: 4112.14 mg; Wapń: 412.88 mg; Fosfor: 1052.08 mg; Żelazo: 9.37 mg; Magnez: 310.10 mg;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2097.30 kcal; Białko ogółem: 89.90 g; Tłuszcz ogółem: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 335.26 g; Kw. tł. nasycone: 15.66 g; Sól: 5.93 g; Sód: 1387.59 mg; Błonnik: 25.32 g; W tym cukry: 74.90 g; WW: 33.92 Por; Potas: 4112.14 mg; Wapń: 412.88 mg; Fosfor: 1052.08 mg; Żelazo: 9.37 mg; Magnez: 310.10 mg;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł 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***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2018.30 kcal; Białko ogółem: 61.82 g; Tłuszcz ogółem: 46.06 g; Węglowodany ogółem: 326.13 g; Kw. tł. nasycone: 30.69 g; Sól: 2.56 g; Sód: 392.19 mg; Błonnik: 28.21 g; W tym cukry: 101.87 g; WW: 33.11 Por; Potas: 4553.34 mg; Wapń: 378.28 mg; Fosfor: 850.68 mg; Żelazo: 7.00 mg; Magnez: 313.70 mg;

czwartek 2026-10-29	**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 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z wędliny 60g (***SOJ***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami mix 300ml (***MLE, SEL***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Ziemniaki mix 200g , Brokuł gotowany na parze mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pasta z wedliny 50g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1937.18 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz ogółem: 43.58 g; Węglowodany ogółem: 273.77 g; Kw. tł. nasycone: 37.01 g; Sól: 5.94 g; Sód: 1295.78 mg; Błonnik: 21.90 g; W tym cukry: 32.96 g; WW: 27.73 Por; Potas: 3537.64 mg; Wapń: 437.55 mg; Fosfor: 1000.16 mg; Żelazo: 8.46 mg; Magnez: 239.94 mg;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 70g (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2265.35 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz ogółem: 59.11 g; Węglowodany ogółem: 346.75 g; Kw. tł. nasycone: 31.10 g; Sól: 6.46 g; Sód: 1632.96 mg; Błonnik: 24.41 g; W tym cukry: 103.65 g; WW: 35.19 Por; Potas: 4810.20 mg; Wapń: 962.48 mg; Fosfor: 1317.91 mg; Żelazo: 9.62 mg; Magnez: 368.64 mg;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 50g , Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Brokuł gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1813.57 kcal; Białko ogółem: 71.56 g; Tłuszcz ogółem: 39.29 g; Węglowodany ogółem: 266.78 g; Kw. tł. nasycone: 33.17 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1148.84 mg; Błonnik: 18.17 g; W tym cukry: 59.77 g; WW: 27.02 Por; Potas: 3861.49 mg; Wapń: 202.38 mg; Fosfor: 803.33 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 257.86 mg;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2015.50 kcal; Białko ogółem: 65.92 g; Tłuszcz ogółem: 50.12 g; Węglowodany ogółem: 294.91 g; Kw. tł. nasycone: 35.56 g; Sól: 2.85 g; Sód: 469.39 mg; Błonnik: 25.55 g; W tym cukry: 63.89 g; WW: 29.85 Por; Potas: 3776.54 mg; Wapń: 377.28 mg; Fosfor: 835.28 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 249.30 mg;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Ogórek kiszony 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasztet drobiowy zapiekany 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1935.43 kcal; Białko ogółem: 81.04 g; Tłuszcz ogółem: 55.10 g; Węglowodany ogółem: 281.18 g; Kw. tł. nasycone: 13.78 g; Sól: 6.57 g; Sód: 1992.69 mg; Błonnik: 28.28 g; W tym cukry: 48.16 g; WW: 28.30 Por; Potas: 3542.49 mg; Wapń: 218.13 mg; Fosfor: 923.43 mg; Żelazo: 11.34 mg; Magnez: 283.76 mg;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska**	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Ogórek kiszony 90g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Kociołek meksykański z fasolą b/mięsa wege 200g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.80 kcal; Białko ogółem: 64.30 g; Tłuszcz ogółem: 54.68 g; Węglowodany ogółem: 274.58 g; Kw. tł. nasycone: 44.08 g; Sól: 6.39 g; Sód: 2395.59 mg; Błonnik: 34.08 g; W tym cukry: 37.95 g; WW: 27.70 Por; Potas: 3882.04 mg; Wapń: 961.28 mg; Fosfor: 1254.61 mg; Żelazo: 10.19 mg; Magnez: 322.21 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-10-29	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.33 kcal; Białko ogółem: 68.74 g; Tłuszcz ogółem: 49.90 g; Węglowodany ogółem: 296.89 g; Kw. tł. nasycone: 37.34 g; Sól: 3.75 g; Sód: 469.39 mg; Błonnik: 24.81 g; W tym cukry: 64.14 g; WW: 30.10 Por; Potas: 3776.54 mg; Wapń: 377.28 mg; Fosfor: 835.28 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 249.30 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-30	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Zupa ml. z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Bułka kajzerka 1szt (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Ser żółty 50g (***MLE***), Ogórek świeży 100g ,	Zupa zacierkowa 300ml (***GLU, SEL***), Śledź w śmietanie z cebulą, porem i jabłkiem (WN) 250g (***RYB, MLE***), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z natką 50g (***MLE***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2273.62 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz ogółem: 77.18 g; Węglowodany ogółem: 303.05 g; Kw. tł. nasycone: 36.92 g; Sól: 5.70 g; Sód: 1741.55 mg; Błonnik: 32.50 g; W tym cukry: 59.19 g; WW: 30.45 Por; Potas: 3549.74 mg; Wapń: 892.79 mg; Fosfor: 1117.17 mg; Żelazo: 8.88 mg; Magnez: 256.47 mg;

piątek 2026-10-30	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka grahamka 1szt (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 50g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa zacierkowa 300ml (***GLU, SEL***), Śledź w śmietanie z cebulą, porem i jabłkiem (WN) 250g (***RYB, MLE***), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z natką 50g (***MLE***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2183.53 kcal; Białko ogółem: 89.95 g; Tłuszcz ogółem: 74.94 g; Węglowodany ogółem: 270.48 g; Kw. tł. nasycone: 28.12 g; Sól: 7.44 g; Sód: 2172.71 mg; Błonnik: 36.71 g; W tym cukry: 47.90 g; WW: 27.20 Por; Potas: 3694.43 mg; Wapń: 769.59 mg; Fosfor: 1296.57 mg; Żelazo: 12.01 mg; Magnez: 342.18 mg;

piątek 2026-10-30	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Zupa ml. z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Bułka kajzerka 1szt (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa zacierkowa 300ml (***GLU, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 70g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z natką 50g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1844.93 kcal; Białko ogółem: 75.26 g; Tłuszcz ogółem: 42.42 g; Węglowodany ogółem: 303.48 g; Kw. tł. nasycone: 22.61 g; Sól: 4.46 g; Sód: 783.68 mg; Błonnik: 20.17 g; W tym cukry: 30.42 g; WW: 30.65 Por; Potas: 3016.72 mg; Wapń: 348.83 mg; Fosfor: 628.40 mg; Żelazo: 6.57 mg; Magnez: 168.52 mg;

piątek 2026-10-30	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Zupa ml. z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Bułka kajzerka 1szt (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa zacierkowa 300ml (***GLU, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 70g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Twaróg z natką 50g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1764.55 kcal; Białko ogółem: 74.08 g; Tłuszcz ogółem: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 303.29 g; Kw. tł. nasycone: 7.44 g; Sól: 4.23 g; Sód: 784.64 mg; Błonnik: 20.31 g; W tym cukry: 30.67 g; WW: 30.65 Por; Potas: 3050.56 mg; Wapń: 349.91 mg; Fosfor: 630.92 mg; Żelazo: 6.63 mg; Magnez: 169.48 mg;

piątek 2026-10-30	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Zupa ml. z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa zacierkowa 300ml (***GLU, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 70g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg z natką 50g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1518.82 kcal; Białko ogółem: 50.01 g; Tłuszcz ogółem: 44.28 g; Węglowodany ogółem: 241.01 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 2.28 g; Sód: 220.64 mg; Błonnik: 23.05 g; W tym cukry: 32.10 g; WW: 24.43 Por; Potas: 2880.96 mg; Wapń: 356.11 mg; Fosfor: 504.32 mg; Żelazo: 5.97 mg; Magnez: 148.08 mg;

piątek 2026-10-30	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Herbata b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kasza jaglana na mleku z 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 2026-10-30	Jadłospis dla diety: U. Papkowata	
Zupa ml. z makaronem mix 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Bułka kajzerka 1szt (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z wędliny 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml mix 300ml (***SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) mix 100g (***RYB***), Ziemniaki mix 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z natką 50g (***MLE***), Pasta z wędliny z koperkiem 40g (***SOJ***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1803.66 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz ogółem: 42.79 g; Węglowodany ogółem: 288.98 g; Kw. tł. nasycone: 22.67 g; Sól: 4.79 g; Sód: 849.57 mg; Błonnik: 22.27 g; W tym cukry: 31.22 g; WW: 29.22 Por; Potas: 2787.17 mg; Wapń: 379.43 mg; Fosfor: 651.72 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 174.79 mg;

piątek 2026-10-30	Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa	
Zupa ml. z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 50g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa zacierkowa 300ml (***GLU, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 70g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z natką 60g (***MLE***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1941.05 kcal; Białko ogółem: 89.43 g; Tłuszcz ogółem: 54.81 g; Węglowodany ogółem: 252.03 g; Kw. tł. nasycone: 38.23 g; Sól: 5.83 g; Sód: 1601.88 mg; Błonnik: 19.10 g; W tym cukry: 35.59 g; WW: 25.53 Por; Potas: 3171.83 mg; Wapń: 837.50 mg; Fosfor: 1000.16 mg; Żelazo: 8.68 mg; Magnez: 204.95 mg;

piątek 2026-10-30	Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa	
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa zacierkowa 300ml (***GLU, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 70g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z natką 50g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1443.72 kcal; Białko ogółem: 65.00 g; Tłuszcz ogółem: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 219.52 g; Kw. tł. nasycone: 19.28 g; Sól: 4.56 g; Sód: 921.25 mg; Błonnik: 17.58 g; W tym cukry: 25.68 g; WW: 22.29 Por; Potas: 2756.25 mg; Wapń: 215.16 mg; Fosfor: 530.72 mg; Żelazo: 7.89 mg; Magnez: 164.69 mg;

piątek 2026-10-30	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
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 80g , Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (***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 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z natką 60g (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1865.92 kcal; Białko ogółem: 74.95 g; Tłuszcz ogółem: 77.27 g; Węglowodany ogółem: 228.58 g; Kw. tł. nasycone: 22.45 g; Sól: 0.99 g; Sód: 220.53 mg; Błonnik: 24.45 g; W tym cukry: 32.94 g; WW: 23.08 Por; Potas: 3202.99 mg; Wapń: 237.72 mg; Fosfor: 636.16 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 174.51 mg;

piątek 2026-10-30	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica miodowa drobiowa 40g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 80g , Pomidor 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (***SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 70g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica drobiowa z majerankiem 80g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,		**Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1570.67 kcal; Białko ogółem: 76.38 g; Tłuszcz ogółem: 46.02 g; Węglowodany ogółem: 230.54 g; Kw. tł. nasycone: 14.10 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1239.42 mg; Błonnik: 29.32 g; W tym cukry: 39.33 g; WW: 23.24 Por; Potas: 3543.29 mg; Wapń: 180.11 mg; Fosfor: 809.97 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 241.08 mg;

piątek 2026-10-30	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Zupa ml. z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Bułka kajzerka 1szt (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Hummus 60g 0.5szt (***SEZ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa zacierkowa 300ml (***GLU, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 70g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z natką 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1851.32 kcal; Białko ogółem: 67.19 g; Tłuszcz ogółem: 46.06 g; Węglowodany ogółem: 274.91 g; Kw. tł. nasycone: 24.13 g; Sól: 2.95 g; Sód: 1064.24 mg; Błonnik: 28.61 g; W tym cukry: 30.59 g; WW: 27.66 Por; Potas: 3238.60 mg; Wapń: 388.21 mg; Fosfor: 789.70 mg; Żelazo: 7.66 mg; Magnez: 216.94 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-10-30	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Zupa ml. z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa zacierkowa 300ml (***GLU, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem b/soli 100g (***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***), Twaróg z natką b/soli 80g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 40g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.63 kcal; Białko ogółem: 70.93 g; Tłuszcz ogółem: 78.86 g; Węglowodany ogółem: 268.80 g; Kw. tł. nasycone: 26.15 g; Sól: 3.32 g; Sód: 239.38 mg; Błonnik: 25.07 g; W tym cukry: 42.29 g; WW: 27.20 Por; Potas: 3130.98 mg; Wapń: 427.70 mg; Fosfor: 603.81 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 165.89 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL, S02***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki z pietruszką 200g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 40g (***MLE***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Banan 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (***SOJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.93 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz ogółem: 56.20 g; Węglowodany ogółem: 285.31 g; Kw. tł. nasycone: 28.93 g; Sól: 6.62 g; Sód: 1593.21 mg; Błonnik: 32.48 g; W tym cukry: 79.69 g; WW: 28.88 Por; Potas: 4542.69 mg; Wapń: 782.85 mg; Fosfor: 1343.06 mg; Żelazo: 9.95 mg; Magnez: 367.85 mg;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL, S02***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki z pietruszką 200g , Kompot owocowy b/c 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (***SOJ, MLE***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1787.48 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz ogółem: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 244.63 g; Kw. tł. nasycone: 10.37 g; Sól: 6.83 g; Sód: 1464.60 mg; Błonnik: 35.53 g; W tym cukry: 42.84 g; WW: 24.67 Por; Potas: 3987.36 mg; Wapń: 642.78 mg; Fosfor: 1380.49 mg; Żelazo: 10.79 mg; Magnez: 361.65 mg;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL, S02***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki z pietruszką 200g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2121.28 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.72 g; Węglowodany ogółem: 313.08 g; Kw. tł. nasycone: 33.13 g; Sól: 7.70 g; Sód: 2127.24 mg; Błonnik: 26.20 g; W tym cukry: 73.77 g; WW: 31.69 Por; Potas: 4389.27 mg; Wapń: 467.30 mg; Fosfor: 1082.21 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 349.60 mg;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL, S02***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki z pietruszką 200g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2016.88 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz ogółem: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 303.20 g; Kw. tł. nasycone: 16.43 g; Sól: 7.69 g; Sód: 2127.24 mg; Błonnik: 26.20 g; W tym cukry: 73.77 g; WW: 30.69 Por; Potas: 4389.27 mg; Wapń: 467.30 mg; Fosfor: 1082.21 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 349.60 mg;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Mandarynka 1szt , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL, S02***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Ziemniaki z pietruszką 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 kanapkowy 40g (***MLE***), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1668.63 kcal; Białko ogółem: 46.48 g; Tłuszcz ogółem: 45.34 g; Węglowodany ogółem: 254.43 g; Kw. tł. nasycone: 28.67 g; Sól: 3.89 g; Sód: 1037.51 mg; Błonnik: 26.38 g; W tym cukry: 40.77 g; WW: 25.68 Por; Potas: 3271.65 mg; Wapń: 198.31 mg; Fosfor: 625.95 mg; Żelazo: 5.86 mg; Magnez: 213.98 mg;

sobota 2026-10-31	**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 2026-10-31	**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 mięsna z warzywami (włoszczyzna) 60g (***SEL***), Pasta warzywna 100g (***SEL***),	Zupa selerowa z ziemniakami mix 300ml (***MLE, SEL, S02***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym mix 100g , Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Ziemniaki (papka) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1855.61 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz ogółem: 46.38 g; Węglowodany ogółem: 254.66 g; Kw. tł. nasycone: 32.41 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1353.47 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 40.42 g; WW: 25.81 Por; Potas: 4036.09 mg; Wapń: 504.47 mg; Fosfor: 1175.38 mg; Żelazo: 9.41 mg; Magnez: 271.03 mg;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL, S02***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 2 szt 200g , Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Ziemniaki z pietruszką 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***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.24 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz ogółem: 50.28 g; Węglowodany ogółem: 243.47 g; Kw. tł. nasycone: 42.89 g; Sól: 7.17 g; Sód: 2101.12 mg; Błonnik: 18.49 g; W tym cukry: 32.40 g; WW: 24.62 Por; Potas: 3896.83 mg; Wapń: 471.23 mg; Fosfor: 1270.96 mg; Żelazo: 8.03 mg; Magnez: 299.59 mg;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (***SEL***),	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL, S02***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1748.58 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz ogółem: 49.29 g; Węglowodany ogółem: 251.00 g; Kw. tł. nasycone: 23.66 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1176.94 mg; Błonnik: 17.50 g; W tym cukry: 32.81 g; WW: 25.39 Por; Potas: 3225.92 mg; Wapń: 479.99 mg; Fosfor: 1077.21 mg; Żelazo: 6.78 mg; Magnez: 221.98 mg;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Mandarynka 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL, S02***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sos pomidorowy b/glu 70ml , Ziemniaki z pietruszką 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 80g (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1619.75 kcal; Białko ogółem: 66.13 g; Tłuszcz ogółem: 53.93 g; Węglowodany ogółem: 228.36 g; Kw. tł. nasycone: 21.97 g; Sól: 2.94 g; Sód: 923.01 mg; Błonnik: 24.04 g; W tym cukry: 27.75 g; WW: 23.02 Por; Potas: 3225.04 mg; Wapń: 247.74 mg; Fosfor: 779.60 mg; Żelazo: 5.52 mg; Magnez: 220.51 mg;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica miodowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (***SEL***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatesowa drobiowa 60g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Banan 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		**Posiłek nocny:** Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.69 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz ogółem: 64.07 g; Węglowodany ogółem: 302.56 g; Kw. tł. nasycone: 12.70 g; Sól: 5.58 g; Sód: 1077.25 mg; Błonnik: 35.93 g; W tym cukry: 82.41 g; WW: 30.56 Por; Potas: 4559.07 mg; Wapń: 193.26 mg; Fosfor: 1081.12 mg; Żelazo: 10.06 mg; Magnez: 345.41 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-10-31	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Ser mozzarella 50g (***MLE***), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL, S02***), Risotto z warzywami b/mięsa 300g , Ziemniaki z pietruszką 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 50g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.30 kcal; Białko ogółem: 74.76 g; Tłuszcz ogółem: 70.70 g; Węglowodany ogółem: 339.31 g; Kw. tł. nasycone: 36.13 g; Sól: 6.44 g; Sód: 2249.54 mg; Błonnik: 36.70 g; W tym cukry: 73.27 g; WW: 34.32 Por; Potas: 4286.40 mg; Wapń: 902.80 mg; Fosfor: 1270.15 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 389.42 mg;

sobota 2026-10-31	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL, S02***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (***GLU***), 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***), Pasta twarogowa b/soli 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1775.29 kcal; Białko ogółem: 84.02 g; Tłuszcz ogółem: 57.14 g; Węglowodany ogółem: 243.49 g; Kw. tł. nasycone: 26.03 g; Sól: 1.48 g; Sód: 377.41 mg; Błonnik: 23.95 g; W tym cukry: 37.25 g; WW: 24.64 Por; Potas: 3740.80 mg; Wapń: 491.92 mg; Fosfor: 1042.82 mg; Żelazo: 6.85 mg; Magnez: 217.74 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 30g (***GLU, SOJ***), Ogórek kiszony 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Ziemniaki 200g , Schab pieczony 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***), Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z białej fasoli 60g , Pomidor 100g , Szynka złocista 30g (***SOJ, MLE, SEL***),
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Ciasto drożdżowe 70g (***GLU, JAJ, MLE***),	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser topiony 50g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2441.10 kcal; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz ogółem: 71.78 g; Węglowodany ogółem: 295.29 g; Kw. tł. nasycone: 42.97 g; Sól: 8.13 g; Sód: 2534.88 mg; Błonnik: 29.66 g; W tym cukry: 54.94 g; WW: 29.75 Por; Potas: 3179.62 mg; Wapń: 674.83 mg; Fosfor: 1379.17 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 312.37 mg;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 40g (***GLU, SOJ***), Ogórek kiszony 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (***GLU, SEL, MCK***), Ziemniaki 200g , Schab pieczony 100g , Kompot owocowy b/c 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***), Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor 100g , Pasta z białej fasoli 40g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser topiony 50g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2145.56 kcal; Białko ogółem: 88.07 g; Tłuszcz ogółem: 59.90 g; Węglowodany ogółem: 234.99 g; Kw. tł. nasycone: 22.62 g; Sól: 7.94 g; Sód: 2395.04 mg; Błonnik: 34.19 g; W tym cukry: 27.70 g; WW: 23.67 Por; Potas: 3069.26 mg; Wapń: 378.14 mg; Fosfor: 1265.19 mg; Żelazo: 10.71 mg; Magnez: 323.16 mg;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (***GLU, SOJ***), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Ziemniaki 200g , Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (***GLU***), Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.85 kcal; Białko ogółem: 91.83 g; Tłuszcz ogółem: 53.35 g; Węglowodany ogółem: 349.69 g; Kw. tł. nasycone: 24.92 g; Sól: 5.68 g; Sód: 1246.79 mg; Błonnik: 22.14 g; W tym cukry: 81.40 g; WW: 35.38 Por; Potas: 3607.44 mg; Wapń: 427.96 mg; Fosfor: 902.98 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 271.75 mg;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 50g (***GLU, SOJ***), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1924.96 kcal; Białko ogółem: 82.11 g; Tłuszcz ogółem: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 315.50 g; Kw. tł. nasycone: 4.73 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1144.51 mg; Błonnik: 21.92 g; W tym cukry: 59.11 g; WW: 31.91 Por; Potas: 3193.66 mg; Wapń: 127.34 mg; Fosfor: 662.34 mg; Żelazo: 7.76 mg; Magnez: 226.95 mg;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (***GLU, SOJ***), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 20g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Koktajl owocowy na maślance (truskawka) 200ml (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2130.69 kcal; Białko ogółem: 70.52 g; Tłuszcz ogółem: 59.85 g; Węglowodany ogółem: 331.14 g; Kw. tł. nasycone: 27.32 g; Sól: 2.66 g; Sód: 263.44 mg; Błonnik: 22.53 g; W tym cukry: 84.52 g; WW: 33.44 Por; Potas: 3389.14 mg; Wapń: 436.01 mg; Fosfor: 724.88 mg; Żelazo: 5.76 mg; Magnez: 222.55 mg;

niedziela 2026-11-01	**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;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z wędliny z zieleniną 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (***GLU***), Ziemniaki (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z wędliny 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1994.72 kcal; Białko ogółem: 82.75 g; Tłuszcz ogółem: 58.76 g; Węglowodany ogółem: 294.19 g; Kw. tł. nasycone: 25.56 g; Sól: 4.48 g; Sód: 1144.50 mg; Błonnik: 23.67 g; W tym cukry: 44.59 g; WW: 29.67 Por; Potas: 2975.77 mg; Wapń: 485.88 mg; Fosfor: 821.38 mg; Żelazo: 7.03 mg; Magnez: 203.57 mg;

niedziela 2026-11-01	**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 , Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 30g (***GLU, SOJ***), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Koktajl owocowy na maślance (truskawka) 200ml (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2292.53 kcal; Białko ogółem: 93.34 g; Tłuszcz ogółem: 55.43 g; Węglowodany ogółem: 334.65 g; Kw. tł. nasycone: 35.44 g; Sól: 4.64 g; Sód: 1190.84 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 86.60 g; WW: 33.75 Por; Potas: 3527.54 mg; Wapń: 473.01 mg; Fosfor: 848.08 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 243.75 mg;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 50g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 40g (***SOJ, MLE, SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Koktajl owocowy na maślance (truskawka) 200ml (***MLE***), Koktajl owocowy na maślance (truskawka) 200ml (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2103.54 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz ogółem: 57.17 g; Węglowodany ogółem: 304.56 g; Kw. tł. nasycone: 27.57 g; Sól: 5.15 g; Sód: 1039.69 mg; Błonnik: 16.41 g; W tym cukry: 55.16 g; WW: 30.66 Por; Potas: 2650.84 mg; Wapń: 482.66 mg; Fosfor: 784.58 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 178.35 mg;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (***SEL***), Schab pieczony 100g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2025.72 kcal; Białko ogółem: 61.03 g; Tłuszcz ogółem: 69.64 g; Węglowodany ogółem: 289.86 g; Kw. tł. nasycone: 29.12 g; Sól: 3.17 g; Sód: 685.60 mg; Błonnik: 20.64 g; W tym cukry: 52.91 g; WW: 29.24 Por; Potas: 2891.86 mg; Wapń: 573.91 mg; Fosfor: 754.30 mg; Żelazo: 5.04 mg; Magnez: 184.58 mg;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Banan 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1926.06 kcal; Białko ogółem: 71.27 g; Tłuszcz ogółem: 51.38 g; Węglowodany ogółem: 303.61 g; Kw. tł. nasycone: 11.96 g; Sól: 5.03 g; Sód: 926.02 mg; Błonnik: 19.08 g; W tym cukry: 58.71 g; WW: 30.71 Por; Potas: 3450.42 mg; Wapń: 133.69 mg; Fosfor: 620.81 mg; Żelazo: 7.75 mg; Magnez: 217.31 mg;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Ogórek kiszony 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Ziemniaki 200g , Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (***GLU, JAJ***), Sos własny 70ml (***GLU***), Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z białej fasoli 40g , Ser żółty 40g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2216.60 kcal; Białko ogółem: 62.49 g; Tłuszcz ogółem: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 283.18 g; Kw. tł. nasycone: 39.48 g; Sól: 6.43 g; Sód: 2349.43 mg; Błonnik: 30.39 g; W tym cukry: 45.88 g; WW: 28.57 Por; Potas: 2952.58 mg; Wapń: 794.30 mg; Fosfor: 1085.89 mg; Żelazo: 8.83 mg; Magnez: 294.05 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-11-01	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (***GLU, SOJ***), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Ziemniaki b/soli 200g , Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (***GLU***), Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Twaróg 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.75 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz ogółem: 60.75 g; Węglowodany ogółem: 313.85 g; Kw. tł. nasycone: 26.87 g; Sól: 3.18 g; Sód: 275.79 mg; Błonnik: 21.63 g; W tym cukry: 77.40 g; WW: 31.77 Por; Potas: 3348.04 mg; Wapń: 443.36 mg; Fosfor: 822.78 mg; Żelazo: 5.50 mg; Magnez: 219.35 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka kajzerka 1szt (***GLU***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 40g (***MLE***), Szynka hetmańska 40g (***GLU, SOJ***), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***), Surówka koperkowa z białej kapusty z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 40g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Sok warzywny 300ml 1szt ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.33 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz ogółem: 72.00 g; Węglowodany ogółem: 296.53 g; Kw. tł. nasycone: 32.53 g; Sól: 6.04 g; Sód: 1516.86 mg; Błonnik: 29.67 g; W tym cukry: 76.70 g; WW: 29.83 Por; Potas: 3667.43 mg; Wapń: 908.88 mg; Fosfor: 1248.48 mg; Żelazo: 9.71 mg; Magnez: 264.90 mg;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Bułka grahamka 1szt (***GLU***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Twaróg 40g (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy b/c 250ml , Surówka koperkowa z białej kapusty z olejem 100g , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***),	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***), Pomidor 100g , Polędwica miodowa drobiowa 40g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Koktajl warzywny 200ml ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.12 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz ogółem: 60.34 g; Węglowodany ogółem: 285.51 g; Kw. tł. nasycone: 17.20 g; Sól: 7.21 g; Sód: 1808.61 mg; Błonnik: 36.86 g; W tym cukry: 63.02 g; WW: 28.70 Por; Potas: 3916.18 mg; Wapń: 915.83 mg; Fosfor: 1515.64 mg; Żelazo: 12.97 mg; Magnez: 362.00 mg;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 40g (***MLE***), Szynka hetmańska 40g (***GLU, SOJ***), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2155.89 kcal; Białko ogółem: 80.10 g; Tłuszcz ogółem: 58.30 g; Węglowodany ogółem: 309.54 g; Kw. tł. nasycone: 36.95 g; Sól: 7.05 g; Sód: 1934.68 mg; Błonnik: 19.88 g; W tym cukry: 82.21 g; WW: 31.32 Por; Potas: 3649.40 mg; Wapń: 525.08 mg; Fosfor: 1028.72 mg; Żelazo: 8.02 mg; Magnez: 297.92 mg;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry 50g , Polędwica miodowa drobiowa 40g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1922.71 kcal; Białko ogółem: 78.68 g; Tłuszcz ogółem: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 309.12 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 8.56 g; Sód: 1758.68 mg; Błonnik: 19.88 g; W tym cukry: 81.05 g; WW: 31.33 Por; Potas: 3577.80 mg; Wapń: 465.48 mg; Fosfor: 888.72 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 291.12 mg;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka hetmańska 40g (***GLU, SOJ***), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2190.54 kcal; Białko ogółem: 57.91 g; Tłuszcz ogółem: 64.34 g; Węglowodany ogółem: 301.03 g; Kw. tł. nasycone: 45.92 g; Sól: 4.54 g; Sód: 1323.90 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 78.65 g; WW: 30.40 Por; Potas: 3364.90 mg; Wapń: 489.38 mg; Fosfor: 849.98 mg; Żelazo: 5.73 mg; Magnez: 264.88 mg;

poniedziałek 2026-11-02	**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***),

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;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-11-02	Jadłospis dla diety: U. Papkowata	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg mix 50g (***MLE***), Pasta warzywna 100g (***SEL***), Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem mix 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki mix 200g , Udko duszone mix 2 szt 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2275.80 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz ogółem: 66.56 g; Węglowodany ogółem: 287.94 g; Kw. tł. nasycone: 48.91 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1607.42 mg; Błonnik: 23.25 g; W tym cukry: 50.21 g; WW: 29.05 Por; Potas: 3417.50 mg; Wapń: 605.40 mg; Fosfor: 1310.06 mg; Żelazo: 8.60 mg; Magnez: 243.55 mg;

poniedziałek 2026-11-02	Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg 80g (***MLE***), Szynka hetmańska 80g (***GLU, SOJ***), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Udko duszone 2 sztuki 200g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Pomidor b/skóry 50g , Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Serek kanapkowy 80g (***MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2553.72 kcal; Białko ogółem: 116.08 g; Tłuszcz ogółem: 75.31 g; Węglowodany ogółem: 312.76 g; Kw. tł. nasycone: 49.96 g; Sól: 9.17 g; Sód: 2193.98 mg; Błonnik: 19.88 g; W tym cukry: 84.82 g; WW: 31.65 Por; Potas: 4015.00 mg; Wapń: 593.50 mg; Fosfor: 1360.80 mg; Żelazo: 8.87 mg; Magnez: 327.26 mg;

poniedziałek 2026-11-02	Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka hetmańska 80g (***GLU, SOJ***), Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.44 kcal; Białko ogółem: 77.32 g; Tłuszcz ogółem: 59.08 g; Węglowodany ogółem: 316.35 g; Kw. tł. nasycone: 44.24 g; Sól: 5.64 g; Sód: 1372.48 mg; Błonnik: 19.38 g; W tym cukry: 81.40 g; WW: 31.92 Por; Potas: 3531.60 mg; Wapń: 491.48 mg; Fosfor: 960.12 mg; Żelazo: 7.62 mg; Magnez: 254.52 mg;

poniedziałek 2026-11-02	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg 80g (***MLE***), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2081.97 kcal; Białko ogółem: 59.30 g; Tłuszcz ogółem: 58.27 g; Węglowodany ogółem: 284.88 g; Kw. tł. nasycone: 42.91 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1246.79 mg; Błonnik: 22.61 g; W tym cukry: 61.97 g; WW: 28.76 Por; Potas: 3000.80 mg; Wapń: 250.60 mg; Fosfor: 789.92 mg; Żelazo: 5.48 mg; Magnez: 232.23 mg;

poniedziałek 2026-11-02	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 80g , Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1869.78 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz ogółem: 53.03 g; Węglowodany ogółem: 280.57 g; Kw. tł. nasycone: 13.12 g; Sól: 5.94 g; Sód: 1150.86 mg; Błonnik: 32.17 g; W tym cukry: 49.11 g; WW: 28.28 Por; Potas: 3395.29 mg; Wapń: 216.28 mg; Fosfor: 1041.94 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 267.61 mg;

poniedziałek 2026-11-02	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka kajzerka 1szt (***GLU***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg 80g (***MLE***), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (***GLU, JAJ***), Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2306.03 kcal; Białko ogółem: 72.42 g; Tłuszcz ogółem: 59.22 g; Węglowodany ogółem: 342.38 g; Kw. tł. nasycone: 40.17 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1152.90 mg; Błonnik: 32.77 g; W tym cukry: 88.89 g; WW: 34.59 Por; Potas: 3568.50 mg; Wapń: 591.86 mg; Fosfor: 1026.01 mg; Żelazo: 8.89 mg; Magnez: 285.54 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-11-02	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 , Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Pomidor 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2093.76 kcal; Białko ogółem: 60.38 g; Tłuszcz ogółem: 63.77 g; Węglowodany ogółem: 304.42 g; Kw. tł. nasycone: 36.52 g; Sól: 3.86 g; Sód: 464.88 mg; Błonnik: 24.50 g; W tym cukry: 81.71 g; WW: 30.74 Por; Potas: 3591.40 mg; Wapń: 449.38 mg; Fosfor: 786.02 mg; Żelazo: 5.89 mg; Magnez: 224.12 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Zupa ml. z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Herbata owocowa 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 60g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ser mozzarella kulki 30g (***MLE***), Ogórek świeży 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony 150g (***GLU, MLE***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2298.68 kcal; Białko ogółem: 104.45 g; Tłuszcz ogółem: 62.83 g; Węglowodany ogółem: 301.00 g; Kw. tł. nasycone: 36.45 g; Sól: 6.47 g; Sód: 1618.05 mg; Błonnik: 32.15 g; W tym cukry: 77.83 g; WW: 30.22 Por; Potas: 3957.68 mg; Wapń: 420.38 mg; Fosfor: 1185.15 mg; Żelazo: 10.65 mg; Magnez: 312.23 mg;

wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Herbata owocowa 250ml , 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***), Ser mozzarella kulki 30g (***MLE***), Ogórek świeży 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony 150g (***GLU, MLE***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2045.98 kcal; Białko ogółem: 102.20 g; Tłuszcz ogółem: 47.54 g; Węglowodany ogółem: 247.57 g; Kw. tł. nasycone: 19.26 g; Sól: 6.32 g; Sód: 1602.75 mg; Błonnik: 34.17 g; W tym cukry: 46.28 g; WW: 24.89 Por; Potas: 3920.98 mg; Wapń: 263.58 mg; Fosfor: 1223.35 mg; Żelazo: 12.06 mg; Magnez: 353.63 mg;

wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Zupa ml. z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 30g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Sałata masłowa 20g , Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Pomidor b/skóry 100g , Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2116.19 kcal; Białko ogółem: 82.68 g; Tłuszcz ogółem: 44.83 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; Kw. tł. nasycone: 32.52 g; Sól: 4.91 g; Sód: 1143.94 mg; Błonnik: 19.46 g; W tym cukry: 85.26 g; WW: 33.05 Por; Potas: 4194.53 mg; Wapń: 354.15 mg; Fosfor: 908.61 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 275.83 mg;

wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Zupa ml. z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Sałata masłowa 20g , Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2031.36 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz ogółem: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 315.28 g; Kw. tł. nasycone: 19.87 g; Sól: 4.33 g; Sód: 1223.14 mg; Błonnik: 19.46 g; W tym cukry: 85.51 g; WW: 31.87 Por; Potas: 4207.73 mg; Wapń: 365.15 mg; Fosfor: 933.21 mg; Żelazo: 8.53 mg; Magnez: 277.43 mg;

wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata owocowa 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 20g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Serek kanapkowy 50g (***MLE***), Sałata masłowa 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Sałata masłowa 20g , Banan 1szt ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1887.73 kcal; Białko ogółem: 58.00 g; Tłuszcz ogółem: 46.87 g; Węglowodany ogółem: 277.59 g; Kw. tł. nasycone: 31.98 g; Sól: 2.67 g; Sód: 368.75 mg; Błonnik: 22.51 g; W tym cukry: 76.33 g; WW: 28.06 Por; Potas: 3626.21 mg; Wapń: 164.38 mg; Fosfor: 634.83 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 223.52 mg;

wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Herbata owocowa 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: 1433.25 kcal; Białko ogółem: 64.79 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 202.48 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 0.92 g; Sód: 285.25 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 37.11 g; WW: 20.45 Por; Potas: 2638.85 mg; Wapń: 429.10 mg; Fosfor: 973.30 mg; Żelazo: 6.12 mg; Magnez: 213.76 mg;

wtorek 2026-11-03	Jadłospis dla diety: U. Papkowata	
Zupa ml. z makaronem mix 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z wędliny z zieleniną 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa koperkowa z ziemniakami mix 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z pietruszką (papka) 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze papka 100g , Kompot owocowy 250ml , Buraczki gotowane papka 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Pasta z buraczków gotowanych 50g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.91 kcal; Białko ogółem: 81.82 g; Tłuszcz ogółem: 42.80 g; Węglowodany ogółem: 297.93 g; Kw. tł. nasycone: 36.61 g; Sól: 5.47 g; Sód: 1332.19 mg; Błonnik: 19.93 g; W tym cukry: 52.37 g; WW: 30.10 Por; Potas: 3668.97 mg; Wapń: 417.13 mg; Fosfor: 931.80 mg; Żelazo: 9.35 mg; Magnez: 235.79 mg;

wtorek 2026-11-03	Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa	
Zupa ml. z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Sałata masłowa 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 2 sztuki 200g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Mus owocowy 100g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 112.98 g; Tłuszcz ogółem: 48.11 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; Kw. tł. nasycone: 31.34 g; Sól: 5.92 g; Sód: 1217.53 mg; Błonnik: 17.09 g; W tym cukry: 50.93 g; WW: 28.89 Por; Potas: 3924.27 mg; Wapń: 363.01 mg; Fosfor: 1124.28 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 251.31 mg;

wtorek 2026-11-03	Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa	
Zupa ml. z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 20g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Serek kanapkowy 50g (***MLE***), Sałata masłowa 10g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.54 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz ogółem: 44.25 g; Węglowodany ogółem: 271.79 g; Kw. tł. nasycone: 33.04 g; Sól: 4.66 g; Sód: 1157.22 mg; Błonnik: 13.91 g; W tym cukry: 41.25 g; WW: 27.38 Por; Potas: 3069.76 mg; Wapń: 321.52 mg; Fosfor: 856.38 mg; Żelazo: 6.60 mg; Magnez: 197.14 mg;

wtorek 2026-11-03	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Herbata owocowa 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Sałata masłowa 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Pomidor 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1838.44 kcal; Białko ogółem: 81.40 g; Tłuszcz ogółem: 50.32 g; Węglowodany ogółem: 238.63 g; Kw. tł. nasycone: 29.48 g; Sól: 2.35 g; Sód: 391.19 mg; Błonnik: 19.87 g; W tym cukry: 40.25 g; WW: 24.01 Por; Potas: 3460.57 mg; Wapń: 152.08 mg; Fosfor: 845.17 mg; Żelazo: 6.35 mg; Magnez: 196.22 mg;

wtorek 2026-11-03	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***), Herbata owocowa 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Szynka delikatna z fileta 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Dżem szt - 25g 1szt , Sałata masłowa 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300ml (***SEL***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.20 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz ogółem: 61.98 g; Węglowodany ogółem: 283.94 g; Kw. tł. nasycone: 12.30 g; Sól: 6.63 g; Sód: 1060.33 mg; Błonnik: 32.36 g; W tym cukry: 63.78 g; WW: 28.54 Por; Potas: 3671.92 mg; Wapń: 198.11 mg; Fosfor: 974.97 mg; Żelazo: 10.80 mg; Magnez: 265.36 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-11-03	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Zupa ml. z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Herbata owocowa 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 50g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (***GLU, JAJ***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka czerwona 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2039.01 kcal; Białko ogółem: 48.66 g; Tłuszcz ogółem: 54.32 g; Węglowodany ogółem: 320.25 g; Kw. tł. nasycone: 34.85 g; Sól: 3.78 g; Sód: 1319.73 mg; Błonnik: 31.66 g; W tym cukry: 56.02 g; WW: 32.25 Por; Potas: 3635.63 mg; Wapń: 418.70 mg; Fosfor: 854.18 mg; Żelazo: 10.46 mg; Magnez: 258.46 mg;

wtorek 2026-11-03	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Zupa ml. z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Herbata owocowa 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 50g (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 20g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Sałata masłowa 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z pietruszką b/soli 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1987.13 kcal; Białko ogółem: 66.08 g; Tłuszcz ogółem: 52.22 g; Węglowodany ogółem: 280.57 g; Kw. tł. nasycone: 35.24 g; Sól: 2.97 g; Sód: 441.45 mg; Błonnik: 20.83 g; W tym cukry: 48.20 g; WW: 28.25 Por; Potas: 3304.31 mg; Wapń: 332.68 mg; Fosfor: 738.53 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 180.72 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 50g (***MLE***), Pasztet pieczony drobiowy 50g (***GLU, SOJ, MLE***), Sałata masłowa 10g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (***GLU, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 50g (***JAJ, RYB, GOR***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 20g (***SOJ, MLE, SEL***), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Ciasto drożdżowe 50g (***GLU, JAJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2588.12 kcal; Białko ogółem: 98.20 g; Tłuszcz ogółem: 87.18 g; Węglowodany ogółem: 362.12 g; Kw. tł. nasycone: 33.50 g; Sól: 8.26 g; Sód: 2753.70 mg; Błonnik: 36.66 g; W tym cukry: 80.27 g; WW: 36.32 Por; Potas: 3358.78 mg; Wapń: 606.23 mg; Fosfor: 1290.22 mg; Żelazo: 10.98 mg; Magnez: 340.36 mg;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasztet pieczony drobiowy 50g (***GLU, SOJ, MLE***), Pasta twarogowa 30g (***MLE***), Sałata masłowa 10g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (***GLU, SEL***), Makaron pełnoziarnisty 200g (***GLU, MCK***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), 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 wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (***JAJ, RYB, GOR***), Szynka złocista 20g (***SOJ, MLE, SEL***), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***), Sok warzywny 300ml 1szt ,	**Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2606.24 kcal; Białko ogółem: 113.16 g; Tłuszcz ogółem: 79.58 g; Węglowodany ogółem: 323.13 g; Kw. tł. nasycone: 21.55 g; Sól: 9.43 g; Sód: 3263.96 mg; Błonnik: 41.99 g; W tym cukry: 54.32 g; WW: 32.46 Por; Potas: 3790.14 mg; Wapń: 769.86 mg; Fosfor: 1536.37 mg; Żelazo: 12.99 mg; Magnez: 415.80 mg;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 60g (***SOJ, MLE***), Banan 1szt , Sałata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli 60g (***JAJ, RYB, GOR***), Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2442.03 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz ogółem: 75.81 g; Węglowodany ogółem: 361.55 g; Kw. tł. nasycone: 28.32 g; Sól: 6.43 g; Sód: 1585.48 mg; Błonnik: 23.16 g; W tym cukry: 77.33 g; WW: 36.50 Por; Potas: 3522.52 mg; Wapń: 360.56 mg; Fosfor: 836.21 mg; Żelazo: 8.26 mg; Magnez: 242.96 mg;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 60g (***SOJ, MLE***), Banan 1szt , Sałata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli 60g (***JAJ, RYB, GOR***), Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2337.63 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz ogółem: 52.85 g; Węglowodany ogółem: 351.66 g; Kw. tł. nasycone: 11.62 g; Sól: 6.42 g; Sód: 1585.48 mg; Błonnik: 23.16 g; W tym cukry: 77.33 g; WW: 35.50 Por; Potas: 3522.52 mg; Wapń: 360.56 mg; Fosfor: 836.21 mg; Żelazo: 8.26 mg; Magnez: 242.96 mg;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Sałata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (***JAJ, RYB, GOR***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2147.97 kcal; Białko ogółem: 62.56 g; Tłuszcz ogółem: 75.93 g; Węglowodany ogółem: 313.62 g; Kw. tł. nasycone: 26.55 g; Sól: 2.24 g; Sód: 708.16 mg; Błonnik: 25.90 g; W tym cukry: 69.91 g; WW: 31.56 Por; Potas: 3175.86 mg; Wapń: 234.02 mg; Fosfor: 704.67 mg; Żelazo: 6.07 mg; Magnez: 197.87 mg;

środa 2026-11-04	**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;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą mix 300ml (***MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z mięsa drobiowego 80g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa brokułowa 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 z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 100g (***JAJ, RYB, GOR***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2319.60 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz ogółem: 79.58 g; Węglowodany ogółem: 322.88 g; Kw. tł. nasycone: 29.45 g; Sól: 5.57 g; Sód: 1959.19 mg; Błonnik: 25.23 g; W tym cukry: 42.50 g; WW: 32.54 Por; Potas: 3271.43 mg; Wapń: 413.49 mg; Fosfor: 1049.47 mg; Żelazo: 9.32 mg; Magnez: 232.32 mg;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (***SOJ, MLE***), Banan 1szt , Sałata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml ,	Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 70g (***JAJ, RYB, GOR***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Szynka złocista 20g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2449.90 kcal; Białko ogółem: 94.95 g; Tłuszcz ogółem: 77.96 g; Węglowodany ogółem: 349.62 g; Kw. tł. nasycone: 28.34 g; Sól: 5.58 g; Sód: 1621.95 mg; Błonnik: 23.29 g; W tym cukry: 83.65 g; WW: 35.23 Por; Potas: 3705.12 mg; Wapń: 517.96 mg; Fosfor: 935.76 mg; Żelazo: 8.41 mg; Magnez: 259.81 mg;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 80g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt , Sałata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze mix 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (***JAJ, RYB, GOR***), Szynka złocista 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2480.15 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 70.84 g; Węglowodany ogółem: 369.79 g; Kw. tł. nasycone: 27.85 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1479.77 mg; Błonnik: 20.92 g; W tym cukry: 75.83 g; WW: 37.30 Por; Potas: 3345.31 mg; Wapń: 414.59 mg; Fosfor: 933.83 mg; Żelazo: 8.08 mg; Magnez: 240.08 mg;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Banan 1szt , Sałata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Makaron bezglutenowy 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym wp b/maki 200g (***SEL***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (***JAJ, RYB, GOR***), Szynka złocista 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2258.23 kcal; Białko ogółem: 80.93 g; Tłuszcz ogółem: 77.84 g; Węglowodany ogółem: 317.00 g; Kw. tł. nasycone: 25.49 g; Sól: 2.34 g; Sód: 729.96 mg; Błonnik: 22.93 g; W tym cukry: 66.61 g; WW: 31.89 Por; Potas: 3457.58 mg; Wapń: 162.44 mg; Fosfor: 781.81 mg; Żelazo: 6.31 mg; Magnez: 224.73 mg;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica drobiowa 60g (***GLU, SOJ, MLE***), Sałata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml ,	Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (***JAJ, RYB, GOR***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,		**Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2066.86 kcal; Białko ogółem: 66.80 g; Tłuszcz ogółem: 75.07 g; Węglowodany ogółem: 296.48 g; Kw. tł. nasycone: 20.25 g; Sól: 8.62 g; Sód: 2615.17 mg; Błonnik: 31.08 g; W tym cukry: 57.44 g; WW: 29.79 Por; Potas: 2724.72 mg; Wapń: 222.39 mg; Fosfor: 829.97 mg; Żelazo: 8.99 mg; Magnez: 270.63 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-11-04	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Banan 1szt , Sałata masłowa 10g , Serek kanapkowy 60g (***MLE***),	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Potrawka warzywna z ciecierzycą i groszkiem 200g (***MLE, SEL***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml ,	Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (***JAJ, RYB, GOR***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ogórek kiszony 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2320.98 kcal; Białko ogółem: 58.74 g; Tłuszcz ogółem: 62.55 g; Węglowodany ogółem: 345.59 g; Kw. tł. nasycone: 40.26 g; Sól: 6.84 g; Sód: 2459.09 mg; Błonnik: 37.19 g; W tym cukry: 90.41 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3146.98 mg; Wapń: 429.71 mg; Fosfor: 909.43 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 315.95 mg;

środa 2026-11-04	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta twarogowa 80g (***MLE***), Banan 1szt , Sałata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Makaron świderki b/soli 200g (***GLU, JAJ***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp b/soli 200g (***GLU, SEL***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (***JAJ, RYB, GOR***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2428.99 kcal; Białko ogółem: 82.67 g; Tłuszcz ogółem: 82.80 g; Węglowodany ogółem: 348.82 g; Kw. tł. nasycone: 30.41 g; Sól: 2.48 g; Sód: 764.66 mg; Błonnik: 27.10 g; W tym cukry: 77.57 g; WW: 35.16 Por; Potas: 3371.36 mg; Wapń: 409.02 mg; Fosfor: 832.67 mg; Żelazo: 6.12 mg; Magnez: 213.87 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 30g (***MLE***), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 10g , Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (***GLU, SEL***), Kasza bulgur 200g (***GLU***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml , Udko duszone 100g , Sos pieczeniowy 70ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), Pomidor 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***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2515.28 kcal; Białko ogółem: 98.17 g; Tłuszcz ogółem: 89.76 g; Węglowodany ogółem: 330.22 g; Kw. tł. nasycone: 37.95 g; Sól: 7.15 g; Sód: 2501.84 mg; Błonnik: 43.22 g; W tym cukry: 83.73 g; WW: 33.14 Por; Potas: 3366.34 mg; Wapń: 859.67 mg; Fosfor: 1511.28 mg; Żelazo: 12.15 mg; Magnez: 332.35 mg;

czwartek 2026-11-05	**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 40g (***MLE***), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (***GLU, SEL***), Kasza bulgur 200g (***GLU***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy b/c 250ml , Udko duszone 100g ,	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 ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2317.23 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz ogółem: 75.50 g; Węglowodany ogółem: 273.20 g; Kw. tł. nasycone: 23.18 g; Sól: 7.08 g; Sód: 2510.70 mg; Błonnik: 45.17 g; W tym cukry: 47.16 g; WW: 27.43 Por; Potas: 3408.72 mg; Wapń: 903.72 mg; Fosfor: 1658.70 mg; Żelazo: 13.12 mg; Magnez: 375.45 mg;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 90g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Kasza bulgur 200g (***GLU***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml , Sos pieczeniowy 70ml (***GLU***), Udko duszone 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 40g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2156.40 kcal; Białko ogółem: 77.14 g; Tłuszcz ogółem: 64.25 g; Węglowodany ogółem: 289.53 g; Kw. tł. nasycone: 41.71 g; Sól: 6.03 g; Sód: 2063.50 mg; Błonnik: 25.55 g; W tym cukry: 60.75 g; WW: 29.10 Por; Potas: 2592.39 mg; Wapń: 564.51 mg; Fosfor: 962.76 mg; Żelazo: 6.67 mg; Magnez: 220.06 mg;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Kasza bulgur 200g (***GLU***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml , Udko duszone 100g , Sos pieczeniowy 70ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 40g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.13 kcal; Białko ogółem: 77.15 g; Tłuszcz ogółem: 40.97 g; Węglowodany ogółem: 259.60 g; Kw. tł. nasycone: 24.97 g; Sól: 6.01 g; Sód: 2060.50 mg; Błonnik: 23.65 g; W tym cukry: 52.05 g; WW: 26.10 Por; Potas: 2409.39 mg; Wapń: 531.51 mg; Fosfor: 939.76 mg; Żelazo: 6.27 mg; Magnez: 208.06 mg;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Kasza bulgur 200g (***GLU***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Sos pieczeniowy 70ml (***GLU***), Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1891.01 kcal; Białko ogółem: 48.91 g; Tłuszcz ogółem: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 243.09 g; Kw. tł. nasycone: 36.84 g; Sól: 4.51 g; Sód: 1173.34 mg; Błonnik: 27.06 g; W tym cukry: 31.63 g; WW: 24.36 Por; Potas: 1818.29 mg; Wapń: 163.50 mg; Fosfor: 493.46 mg; Żelazo: 3.79 mg; Magnez: 138.86 mg;

czwartek 2026-11-05	**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***),	

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

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;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta mięsna z jajkiem 80g (***JAJ***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa marchewkowa z ziemniakami mix 300ml (***MLE, SEL***), Kasza bulgur mix 200g (***GLU***), Udko duszone mix 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1901.45 kcal; Białko ogółem: 84.73 g; Tłuszcz ogółem: 56.89 g; Węglowodany ogółem: 269.73 g; Kw. tł. nasycone: 25.92 g; Sól: 3.70 g; Sód: 1264.64 mg; Błonnik: 29.66 g; W tym cukry: 55.71 g; WW: 27.15 Por; Potas: 2766.51 mg; Wapń: 580.84 mg; Fosfor: 1045.88 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 206.49 mg;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Sałata masłowa 10g , Kefir 150g 1szt (***MLE***), Pomidor b/skóry 90g , Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Kasza bulgur 200g (***GLU***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml , Udko duszone 100g , Sos pieczeniowy 70ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 80g (***SOJ***), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 100g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2394.39 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz ogółem: 71.89 g; Węglowodany ogółem: 284.93 g; Kw. tł. nasycone: 48.85 g; Sól: 7.89 g; Sód: 2223.85 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 61.24 g; WW: 28.65 Por; Potas: 2704.89 mg; Wapń: 760.37 mg; Fosfor: 1208.29 mg; Żelazo: 6.73 mg; Magnez: 232.70 mg;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJ, MLE***), Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Kasza bulgur 200g (***GLU***), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko duszone 100g , Sos pieczeniowy 70ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1876.33 kcal; Białko ogółem: 83.37 g; Tłuszcz ogółem: 57.39 g; Węglowodany ogółem: 261.25 g; Kw. tł. nasycone: 25.53 g; Sól: 5.68 g; Sód: 1442.23 mg; Błonnik: 20.45 g; W tym cukry: 46.96 g; WW: 26.35 Por; Potas: 1983.21 mg; Wapń: 499.80 mg; Fosfor: 881.36 mg; Żelazo: 5.55 mg; Magnez: 172.29 mg;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Sos pieczeniowy b mąki 70ml (***GLU***), Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (***MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2025.12 kcal; Białko ogółem: 72.25 g; Tłuszcz ogółem: 67.78 g; Węglowodany ogółem: 236.02 g; Kw. tł. nasycone: 43.45 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1346.83 mg; Błonnik: 21.55 g; W tym cukry: 38.39 g; WW: 23.76 Por; Potas: 3150.88 mg; Wapń: 268.57 mg; Fosfor: 961.47 mg; Żelazo: 5.54 mg; Magnez: 217.37 mg;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Szynka delikatesowa drobiowa 50g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 10g , Ogórek konserwowy 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Kasza bulgur 200g (***GLU***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml , Udko duszone 100g , Sos pieczeniowy 70ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasta z mięsa drobiowego 80g , Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Banan 1szt ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2326.93 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Tłuszcz ogółem: 81.60 g; Węglowodany ogółem: 314.54 g; Kw. tł. nasycone: 20.80 g; Sól: 7.73 g; Sód: 2090.36 mg; Błonnik: 38.39 g; W tym cukry: 85.03 g; WW: 31.62 Por; Potas: 3391.17 mg; Wapń: 228.71 mg; Fosfor: 1051.06 mg; Żelazo: 9.61 mg; Magnez: 298.66 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-11-05	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek konserwowy 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Risotto z warzywami i tofu 300g (***SOJ, SEL***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.74 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz ogółem: 71.72 g; Węglowodany ogółem: 283.34 g; Kw. tł. nasycone: 33.60 g; Sól: 7.10 g; Sód: 2117.30 mg; Błonnik: 29.40 g; W tym cukry: 61.24 g; WW: 28.54 Por; Potas: 2626.01 mg; Wapń: 1041.76 mg; Fosfor: 1293.44 mg; Żelazo: 8.03 mg; Magnez: 244.18 mg;

czwartek 2026-11-05	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Kasza bulgur 200g (***GLU***), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (***SEL, S02***), Kompot owocowy 250ml , Udko duszone b/soli 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem b/soli 80g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2115.70 kcal; Białko ogółem: 69.10 g; Tłuszcz ogółem: 68.69 g; Węglowodany ogółem: 273.53 g; Kw. tł. nasycone: 42.90 g; Sól: 2.71 g; Sód: 669.78 mg; Błonnik: 28.98 g; W tym cukry: 58.18 g; WW: 27.53 Por; Potas: 2497.52 mg; Wapń: 562.00 mg; Fosfor: 857.23 mg; Żelazo: 5.33 mg; Magnez: 148.81 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba smażona w panierce (miruna) 100g (***GLU, JAJ, RYB***), Kompot owocowy 250ml , Surówka z białej kapusty, kukurydzy i pora z olejem 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 60g (***MLE***), Pomidor 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 sopocka wieprzowa 20g (***SOJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.21 kcal; Białko ogółem: 81.86 g; Tłuszcz ogółem: 78.03 g; Węglowodany ogółem: 293.47 g; Kw. tł. nasycone: 27.60 g; Sól: 5.57 g; Sód: 1503.89 mg; Błonnik: 31.23 g; W tym cukry: 68.84 g; WW: 29.44 Por; Potas: 3520.47 mg; Wapń: 594.22 mg; Fosfor: 1013.84 mg; Żelazo: 9.32 mg; Magnez: 282.66 mg;

piątek 2026-11-06	**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***), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (***RYB***), Kompot owocowy b/c 250ml , Surówka z białej kapusty, kukurydzy i pora z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1893.45 kcal; Białko ogółem: 83.58 g; Tłuszcz ogółem: 46.41 g; Węglowodany ogółem: 251.05 g; Kw. tł. nasycone: 11.06 g; Sól: 5.50 g; Sód: 1586.14 mg; Błonnik: 34.79 g; W tym cukry: 47.55 g; WW: 25.17 Por; Potas: 3600.62 mg; Wapń: 569.52 mg; Fosfor: 1131.36 mg; Żelazo: 10.30 mg; Magnez: 328.09 mg;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g , Banan 1szt ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (***RYB***), Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Serek wiejski 40g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1941.81 kcal; Białko ogółem: 75.12 g; Tłuszcz ogółem: 49.25 g; Węglowodany ogółem: 317.18 g; Kw. tł. nasycone: 24.67 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1128.83 mg; Błonnik: 21.20 g; W tym cukry: 82.50 g; WW: 32.09 Por; Potas: 3823.62 mg; Wapń: 484.64 mg; Fosfor: 759.64 mg; Żelazo: 7.77 mg; Magnez: 251.18 mg;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g , Banan 1szt ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 40g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1837.41 kcal; Białko ogółem: 76.16 g; Tłuszcz ogółem: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 307.30 g; Kw. tł. nasycone: 7.97 g; Sól: 3.70 g; Sód: 1128.83 mg; Błonnik: 21.20 g; W tym cukry: 82.50 g; WW: 31.09 Por; Potas: 3823.62 mg; Wapń: 484.64 mg; Fosfor: 759.64 mg; Żelazo: 7.77 mg; Magnez: 251.18 mg;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1810.19 kcal; Białko ogółem: 53.93 g; Tłuszcz ogółem: 54.36 g; Węglowodany ogółem: 288.47 g; Kw. tł. nasycone: 23.49 g; Sól: 1.52 g; Sód: 409.36 mg; Błonnik: 23.66 g; W tym cukry: 67.83 g; WW: 29.14 Por; Potas: 3096.41 mg; Wapń: 189.38 mg; Fosfor: 425.56 mg; Żelazo: 4.85 mg; Magnez: 180.42 mg;

piątek 2026-11-06	**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 , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1335.98 kcal; Białko ogółem: 64.86 g; Tłuszcz ogółem: 40.30 g; Węglowodany ogółem: 184.92 g; Kw. tł. nasycone: 14.57 g; Sól: 0.99 g; Sód: 315.00 mg; Błonnik: 15.91 g; W tym cukry: 29.61 g; WW: 18.74 Por; Potas: 2887.30 mg; Wapń: 466.70 mg; Fosfor: 1009.95 mg; Żelazo: 7.01 mg; Magnez: 230.90 mg;

piątek 2026-11-06	Jadłospis dla diety: U. Papkowata	
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (***GLU, MLE***), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Pasta warzywna 100g (***SEL***),	Zupa krem z dyni i marchewki mix 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) puree 100g (***RYB***), Ziemniaki puree 200g , Warzywa mix 150g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski mix 60g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1817.91 kcal; Białko ogółem: 76.88 g; Tłuszcz ogółem: 49.74 g; Węglowodany ogółem: 278.83 g; Kw. tł. nasycone: 24.85 g; Sól: 3.83 g; Sód: 1340.44 mg; Błonnik: 26.49 g; W tym cukry: 52.75 g; WW: 28.17 Por; Potas: 3515.64 mg; Wapń: 584.05 mg; Fosfor: 859.33 mg; Żelazo: 8.59 mg; Magnez: 227.01 mg;

piątek 2026-11-06	Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa	
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 80g , Pasta z jajka 100g (***JAJ, GOR***), Koper 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 80g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2276.30 kcal; Białko ogółem: 121.36 g; Tłuszcz ogółem: 77.93 g; Węglowodany ogółem: 279.99 g; Kw. tł. nasycone: 37.63 g; Sól: 9.12 g; Sód: 1881.46 mg; Błonnik: 17.40 g; W tym cukry: 51.52 g; WW: 28.26 Por; Potas: 3172.60 mg; Wapń: 1154.80 mg; Fosfor: 1195.27 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 219.23 mg;

piątek 2026-11-06	Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa	
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1801.30 kcal; Białko ogółem: 81.09 g; Tłuszcz ogółem: 52.61 g; Węglowodany ogółem: 265.80 g; Kw. tł. nasycone: 24.22 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1321.34 mg; Błonnik: 18.54 g; W tym cukry: 48.96 g; WW: 26.87 Por; Potas: 3076.61 mg; Wapń: 535.26 mg; Fosfor: 767.62 mg; Żelazo: 8.12 mg; Magnez: 196.21 mg;

piątek 2026-11-06	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g , Banan 1szt ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1776.66 kcal; Białko ogółem: 59.95 g; Tłuszcz ogółem: 54.87 g; Węglowodany ogółem: 270.91 g; Kw. tł. nasycone: 21.64 g; Sól: 2.04 g; Sód: 421.03 mg; Błonnik: 23.99 g; W tym cukry: 73.00 g; WW: 27.31 Por; Potas: 3150.72 mg; Wapń: 200.44 mg; Fosfor: 431.49 mg; Żelazo: 5.21 mg; Magnez: 183.68 mg;

piątek 2026-11-06	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Polędwica miodowa drobiowa 80g , Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Ogórek świeży 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Zupa krem z dyni i marchewki b/ml 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (***RYB***), Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 80g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 2szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1791.81 kcal; Białko ogółem: 77.07 g; Tłuszcz ogółem: 49.77 g; Węglowodany ogółem: 282.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.14 g; Sól: 6.96 g; Sód: 975.38 mg; Błonnik: 31.57 g; W tym cukry: 54.63 g; WW: 28.49 Por; Potas: 3012.06 mg; Wapń: 177.83 mg; Fosfor: 647.62 mg; Żelazo: 8.41 mg; Magnez: 218.18 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-11-06	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1722.97 kcal; Białko ogółem: 75.01 g; Tłuszcz ogółem: 53.65 g; Węglowodany ogółem: 250.67 g; Kw. tł. nasycone: 25.75 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1374.53 mg; Błonnik: 27.25 g; W tym cukry: 48.07 g; WW: 25.26 Por; Potas: 3200.11 mg; Wapń: 526.03 mg; Fosfor: 938.57 mg; Żelazo: 8.17 mg; Magnez: 248.08 mg;

piątek 2026-11-06	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g ,	Zupa krem z dyni i marchewki 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki b/soli 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (***RYB***), Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), 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***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1778.12 kcal; Białko ogółem: 66.45 g; Tłuszcz ogółem: 59.64 g; Węglowodany ogółem: 254.81 g; Kw. tł. nasycone: 26.44 g; Sól: 2.69 g; Sód: 516.81 mg; Błonnik: 21.19 g; W tym cukry: 41.52 g; WW: 25.70 Por; Potas: 2713.41 mg; Wapń: 476.03 mg; Fosfor: 620.31 mg; Żelazo: 4.79 mg; Magnez: 149.11 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 40g (***GLU, SOJ***), Pasztet drobiowy zapiekany 30g , Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,	Kompot owocowy 250ml , Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (***GLU, SEL***), Naleśniki z serem na słodko 2 sztuki 200g (***GLU, JAJ, MLE***), Sos jogurtowo-owocowy 150g (***MLE***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,	**Podwieczorek:** Babka 50g (***GLU, JAJ, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2288.18 kcal; Białko ogółem: 88.15 g; Tłuszcz ogółem: 77.98 g; Węglowodany ogółem: 314.85 g; Kw. tł. nasycone: 38.74 g; Sól: 7.93 g; Sód: 2499.79 mg; Błonnik: 26.86 g; W tym cukry: 106.44 g; WW: 31.45 Por; Potas: 2358.21 mg; Wapń: 1125.32 mg; Fosfor: 1303.18 mg; Żelazo: 10.27 mg; Magnez: 271.63 mg;

sobota 2026-11-07	**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 wieprzowa z liściem 60g (***GLU, SOJ***), Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,	Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g , Kompot owocowy b/c 250ml , Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (***GLU, SEL***), Sos jogurtowo-owocowy b/cukru 100g (***MLE***),	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***), Buraczki gotowane 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***), Pasztet drobiowy zapiekany 30g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2031.86 kcal; Białko ogółem: 76.59 g; Tłuszcz ogółem: 53.22 g; Węglowodany ogółem: 271.70 g; Kw. tł. nasycone: 18.55 g; Sól: 8.55 g; Sód: 2531.28 mg; Błonnik: 32.62 g; W tym cukry: 34.73 g; WW: 27.21 Por; Potas: 2310.94 mg; Wapń: 926.22 mg; Fosfor: 1260.00 mg; Żelazo: 11.14 mg; Magnez: 305.28 mg;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 60g (***GLU, SOJ***), Marchewka gotowana na parze plastry 100g , Babka 50g (***GLU, JAJ, MLE***),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g , Kompot owocowy 250ml , Sos jogurtowo-owocowy 100g (***MLE***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 40g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1937.64 kcal; Białko ogółem: 65.17 g; Tłuszcz ogółem: 46.30 g; Węglowodany ogółem: 319.66 g; Kw. tł. nasycone: 25.61 g; Sól: 5.52 g; Sód: 1046.05 mg; Błonnik: 17.57 g; W tym cukry: 69.33 g; WW: 32.18 Por; Potas: 2081.29 mg; Wapń: 483.50 mg; Fosfor: 761.25 mg; Żelazo: 6.27 mg; Magnez: 146.23 mg;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 50g (***GLU, SOJ***), Miód sztukowy 25g 1szt , Marchewka gotowana na parze plastry 100g , Babka 50g (***GLU, JAJ, MLE***),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g , Kompot owocowy 250ml , Sos jogurtowo-owocowy 100g (***MLE***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Twaróg 40g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1938.21 kcal; Białko ogółem: 64.71 g; Tłuszcz ogółem: 34.29 g; Węglowodany ogółem: 329.57 g; Kw. tł. nasycone: 16.46 g; Sól: 5.17 g; Sód: 1046.05 mg; Błonnik: 17.57 g; W tym cukry: 69.26 g; WW: 33.17 Por; Potas: 2081.29 mg; Wapń: 483.50 mg; Fosfor: 761.25 mg; Żelazo: 6.27 mg; Magnez: 146.23 mg;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 80g (***GLU, SOJ***), Miód sztukowy 25g 1szt , Marchewka gotowana na parze 100g , Banan 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos jogurtowo-owocowy 100g (***MLE***), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1912.81 kcal; Białko ogółem: 48.27 g; Tłuszcz ogółem: 48.71 g; Węglowodany ogółem: 328.20 g; Kw. tł. nasycone: 23.60 g; Sól: 5.28 g; Sód: 871.27 mg; Błonnik: 22.78 g; W tym cukry: 72.11 g; WW: 33.14 Por; Potas: 2054.75 mg; Wapń: 199.74 mg; Fosfor: 477.31 mg; Żelazo: 3.84 mg; Magnez: 180.67 mg;

sobota 2026-11-07	**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;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z mięsa drobiowego 40g , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml mix 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Ryż z jabłkiem i cynamonem mix 300g , Sos jogurtowo-owocowy 100g (***MLE***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 40g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***), Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1820.84 kcal; Białko ogółem: 56.94 g; Tłuszcz ogółem: 43.90 g; Węglowodany ogółem: 304.80 g; Kw. tł. nasycone: 25.24 g; Sól: 2.97 g; Sód: 1114.45 mg; Błonnik: 20.43 g; W tym cukry: 55.33 g; WW: 30.65 Por; Potas: 2198.59 mg; Wapń: 500.34 mg; Fosfor: 837.41 mg; Żelazo: 6.48 mg; Magnez: 168.52 mg;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 50g (***GLU, SOJ***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g , Kompot owocowy 250ml , Sos jogurtowo-owocowy 100g (***MLE***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Pasta twarogowa 80g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2103.29 kcal; Białko ogółem: 78.40 g; Tłuszcz ogółem: 50.55 g; Węglowodany ogółem: 280.98 g; Kw. tł. nasycone: 44.58 g; Sól: 6.80 g; Sód: 1351.21 mg; Błonnik: 16.89 g; W tym cukry: 53.45 g; WW: 28.28 Por; Potas: 2091.49 mg; Wapń: 549.92 mg; Fosfor: 883.01 mg; Żelazo: 5.70 mg; Magnez: 151.11 mg;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 50g (***GLU, SOJ***), Miód sztukowy 25g 1szt , Sałata masłowa 10g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g , Sos jogurtowo-owocowy 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 40g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.64 kcal; Białko ogółem: 59.67 g; Tłuszcz ogółem: 44.25 g; Węglowodany ogółem: 307.37 g; Kw. tł. nasycone: 23.50 g; Sól: 4.35 g; Sód: 950.93 mg; Błonnik: 20.67 g; W tym cukry: 45.89 g; WW: 30.93 Por; Potas: 1949.55 mg; Wapń: 464.91 mg; Fosfor: 835.70 mg; Żelazo: 5.90 mg; Magnez: 228.98 mg;

sobota 2026-11-07	**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 2szt (***JAJ***), Miód sztukowy 25g 2szt , Marchewka gotowana na parze 100g , Jabłko 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g , Sos jogurtowo-owocowy 100g (***MLE***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 60g (***MLE***), Ser żółty 40g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1923.83 kcal; Białko ogółem: 48.92 g; Tłuszcz ogółem: 57.77 g; Węglowodany ogółem: 302.46 g; Kw. tł. nasycone: 28.35 g; Sól: 1.87 g; Sód: 535.65 mg; Błonnik: 23.20 g; W tym cukry: 50.25 g; WW: 30.31 Por; Potas: 1688.21 mg; Wapń: 496.09 mg; Fosfor: 612.03 mg; Żelazo: 3.89 mg; Magnez: 95.82 mg;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Szynka wieprzowa z liściem 40g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiew biała z koperkiem 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Ryż na mleku roślinnym z jabłkiem 400ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasztet drobiowy zapiekany 50g , Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,		**Posiłek nocny:** Wafle ryżowe 10g , Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1973.10 kcal; Białko ogółem: 48.01 g; Tłuszcz ogółem: 54.94 g; Węglowodany ogółem: 333.56 g; Kw. tł. nasycone: 15.99 g; Sól: 6.91 g; Sód: 1858.20 mg; Błonnik: 32.17 g; W tym cukry: 49.50 g; WW: 33.40 Por; Potas: 1944.60 mg; Wapń: 189.17 mg; Fosfor: 659.05 mg; Żelazo: 9.92 mg; Magnez: 216.58 mg;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Naleśniki z serem na słodko 2 szt 200g (***GLU, JAJ, MLE***), Sos jogurtowo-owocowy 150g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), 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: 2068.11 kcal; Białko ogółem: 78.13 g; Tłuszcz ogółem: 71.10 g; Węglowodany ogółem: 256.64 g; Kw. tł. nasycone: 47.14 g; Sól: 6.72 g; Sód: 2489.87 mg; Błonnik: 23.34 g; W tym cukry: 63.07 g; WW: 25.70 Por; Potas: 2250.26 mg; Wapń: 1123.15 mg; Fosfor: 1269.49 mg; Żelazo: 7.95 mg; Magnez: 259.92 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-11-07	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 80g (***GLU, SOJ***), Miód sztukowy 25g 1szt , Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g , Sos jogurtowo-owocowy 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 80g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1896.35 kcal; Białko ogółem: 59.33 g; Tłuszcz ogółem: 54.31 g; Węglowodany ogółem: 292.22 g; Kw. tł. nasycone: 26.75 g; Sól: 4.78 g; Sód: 277.65 mg; Błonnik: 20.94 g; W tym cukry: 49.91 g; WW: 29.44 Por; Potas: 1856.49 mg; Wapń: 478.10 mg; Fosfor: 651.55 mg; Żelazo: 3.50 mg; Magnez: 109.83 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka z zieleniną 60g (***JAJ, GOR***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Szynka wieprzowa duszona 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Marchew surowa w słupkach 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Ciasto drożdżowe 40g (***GLU, JAJ, MLE***),	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb graham 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, 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: 2325.50 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz ogółem: 64.30 g; Węglowodany ogółem: 293.19 g; Kw. tł. nasycone: 43.76 g; Sól: 7.70 g; Sód: 2403.61 mg; Błonnik: 30.32 g; W tym cukry: 69.67 g; WW: 29.52 Por; Potas: 3674.90 mg; Wapń: 570.96 mg; Fosfor: 1255.83 mg; Żelazo: 10.88 mg; Magnez: 346.10 mg;

niedziela 2026-11-08	**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***), Pasta z jajka z zieleniną 60g (***JAJ, GOR***), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Szynka wieprzowa duszona 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Marchew surowa w słupkach 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 20g (***GLU, 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: 2122.38 kcal; Białko ogółem: 89.81 g; Tłuszcz ogółem: 48.55 g; Węglowodany ogółem: 255.57 g; Kw. tł. nasycone: 26.84 g; Sól: 6.85 g; Sód: 2290.51 mg; Błonnik: 34.57 g; W tym cukry: 55.80 g; WW: 25.74 Por; Potas: 3971.90 mg; Wapń: 581.26 mg; Fosfor: 1378.33 mg; Żelazo: 12.15 mg; Magnez: 396.90 mg;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka z zieleniną 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 70g , Melon żółty 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Szynka wieprzowa duszona 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Sałata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1970.14 kcal; Białko ogółem: 82.65 g; Tłuszcz ogółem: 55.51 g; Węglowodany ogółem: 272.19 g; Kw. tł. nasycone: 36.64 g; Sól: 5.43 g; Sód: 1820.12 mg; Błonnik: 15.35 g; W tym cukry: 48.03 g; WW: 27.47 Por; Potas: 3259.89 mg; Wapń: 489.88 mg; Fosfor: 982.64 mg; Żelazo: 8.37 mg; Magnez: 252.00 mg;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 300ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta z białka jaja 60g (***JAJ***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Szynka wieprzowa duszona 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1834.01 kcal; Białko ogółem: 83.30 g; Tłuszcz ogółem: 33.37 g; Węglowodany ogółem: 245.81 g; Kw. tł. nasycone: 19.49 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1822.06 mg; Błonnik: 16.05 g; W tym cukry: 38.92 g; WW: 24.79 Por; Potas: 3275.45 mg; Wapń: 488.56 mg; Fosfor: 963.24 mg; Żelazo: 8.14 mg; Magnez: 238.13 mg;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka z zieleniną 80g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Sałata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.20 kcal; Białko ogółem: 60.44 g; Tłuszcz ogółem: 89.88 g; Węglowodany ogółem: 233.71 g; Kw. tł. nasycone: 40.93 g; Sól: 3.10 g; Sód: 1045.33 mg; Błonnik: 19.97 g; W tym cukry: 30.33 g; WW: 23.47 Por; Potas: 2810.00 mg; Wapń: 180.37 mg; Fosfor: 634.26 mg; Żelazo: 6.03 mg; Magnez: 178.85 mg;

niedziela 2026-11-08	**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***),	

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

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;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka z zieleniną 80g (***JAJ, GOR***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa pomidorowa z ryżem mix 300ml (***MLE, SEL***), Szynka wieprzowa duszona mix 100g , Ziemniaki puree 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2119.01 kcal; Białko ogółem: 83.22 g; Tłuszcz ogółem: 67.86 g; Węglowodany ogółem: 262.61 g; Kw. tł. nasycone: 41.91 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1392.77 mg; Błonnik: 22.31 g; W tym cukry: 48.91 g; WW: 26.48 Por; Potas: 3417.23 mg; Wapń: 534.49 mg; Fosfor: 1035.54 mg; Żelazo: 8.55 mg; Magnez: 225.95 mg;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka z zieleniną 80g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 200g , 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***), Twaróg 80g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2168.69 kcal; Białko ogółem: 133.38 g; Tłuszcz ogółem: 70.06 g; Węglowodany ogółem: 256.90 g; Kw. tł. nasycone: 30.84 g; Sól: 6.39 g; Sód: 1780.87 mg; Błonnik: 16.00 g; W tym cukry: 51.36 g; WW: 25.90 Por; Potas: 4018.63 mg; Wapń: 556.51 mg; Fosfor: 1377.34 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 289.80 mg;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka z zieleniną 40g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1949.68 kcal; Białko ogółem: 79.75 g; Tłuszcz ogółem: 53.73 g; Węglowodany ogółem: 252.37 g; Kw. tł. nasycone: 41.03 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1616.63 mg; Błonnik: 14.88 g; W tym cukry: 47.85 g; WW: 25.45 Por; Potas: 3180.31 mg; Wapń: 490.93 mg; Fosfor: 992.12 mg; Żelazo: 8.10 mg; Magnez: 234.75 mg;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka z zieleniną 80g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Ser żółty 40g (***MLE***),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 100g , 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***), Dżem szt - 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Chrupki kukurydziane 30g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2042.70 kcal; Białko ogółem: 73.91 g; Tłuszcz ogółem: 69.82 g; Węglowodany ogółem: 249.16 g; Kw. tł. nasycone: 44.59 g; Sól: 4.02 g; Sód: 1413.17 mg; Błonnik: 21.86 g; W tym cukry: 25.11 g; WW: 25.05 Por; Potas: 2879.71 mg; Wapń: 506.84 mg; Fosfor: 907.73 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 209.35 mg;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasta z jajka z zieleniną 60g (***JAJ, GOR***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Ogórek kiszony 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Szynka wieprzowa duszona 100g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasta z mięsa drobiowego 50g , Szynka wieprzowa z liściem 40g (***GLU, SOJ***), Marchew surowa w słupkach 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Banan 1szt ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2147.36 kcal; Białko ogółem: 91.90 g; Tłuszcz ogółem: 66.20 g; Węglowodany ogółem: 304.28 g; Kw. tł. nasycone: 14.80 g; Sól: 7.89 g; Sód: 1949.31 mg; Błonnik: 33.30 g; W tym cukry: 74.35 g; WW: 30.72 Por; Potas: 3980.78 mg; Wapń: 210.84 mg; Fosfor: 1037.18 mg; Żelazo: 10.47 mg; Magnez: 353.70 mg;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka z zieleniną 40g (***JAJ, GOR***), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Tofu z cebulą 100g (***SOJ***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Sałata masłowa 10g , Rzodkiewka czerwona 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1945.89 kcal; Białko ogółem: 62.39 g; Tłuszcz ogółem: 60.17 g; Węglowodany ogółem: 253.55 g; Kw. tł. nasycone: 39.77 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2093.75 mg; Błonnik: 28.73 g; W tym cukry: 54.98 g; WW: 25.47 Por; Potas: 3085.63 mg; Wapń: 546.76 mg; Fosfor: 933.55 mg; Żelazo: 9.37 mg; Magnez: 291.99 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-11-08	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 z zieleniną b/soli 80g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Szynka wieprzowa duszona 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Sałata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.85 kcal; Białko ogółem: 70.81 g; Tłuszcz ogółem: 65.75 g; Węglowodany ogółem: 249.98 g; Kw. tł. nasycone: 42.52 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1143.89 mg; Błonnik: 19.51 g; W tym cukry: 46.91 g; WW: 25.17 Por; Potas: 3139.15 mg; Wapń: 474.41 mg; Fosfor: 866.14 mg; Żelazo: 6.39 mg; Magnez: 220.28 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone