

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2371.53 kcal; Białko ogółem: 77.41 g; Tłuszcz ogółem: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 365.47 g; Kw. tł. nasycone: 16.63 g; Sól: 4.76 g; Sód: 1260.95 mg; Błonnik: 39.68 g; W tym cukry: 77.34 g; WW: 36.57 Por; Potas: 2791.68 mg; Wapń: 624.89 mg; Fosfor: 1323.77 mg; Żelazo: 9.09 mg; Magnez: 337.82 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2090.33 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz ogółem: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 309.98 g; Kw. tł. nasycone: 14.47 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1300.75 mg; Błonnik: 38.88 g; W tym cukry: 41.73 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2657.28 mg; Wapń: 623.69 mg; Fosfor: 1394.27 mg; Żelazo: 9.64 mg; Magnez: 366.32 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.75 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz ogółem: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 324.58 g; Kw. tł. nasycone: 14.65 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 32.69 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.67 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz ogółem: 41.77 g; Węglowodany ogółem: 315.79 g; Kw. tł. nasycone: 14.35 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.87 kcal; Białko ogółem: 48.21 g; Tłuszcz ogółem: 46.43 g; Węglowodany ogółem: 298.58 g; Kw. tł. nasycone: 13.69 g; Sól: 2.40 g; Sód: 368.47 mg; Błonnik: 28.51 g; W tym cukry: 56.68 g; WW: 29.99 Por; Potas: 2259.53 mg; Wapń: 530.14 mg; Fosfor: 710.51 mg; Żelazo: 4.21 mg; Magnez: 128.16 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.96 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 200g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.20 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz ogółem: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 313.67 g; Kw. tł. nasycone: 32.42 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1457.46 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 67.17 g; WW: 31.57 Por; Potas: 2770.45 mg; Wapń: 794.42 mg; Fosfor: 1401.56 mg; Żelazo: 7.01 mg; Magnez: 188.87 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1837.52 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz ogółem: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 267.76 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 3.95 g; Sód: 988.62 mg; Błonnik: 14.75 g; W tym cukry: 36.60 g; WW: 26.91 Por; Potas: 1794.53 mg; Wapń: 530.12 mg; Fosfor: 892.30 mg; Żelazo: 5.02 mg; Magnez: 132.49 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1791.76 kcal; Białko ogółem: 52.16 g; Tłuszcz ogółem: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 262.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 1.79 g; Sód: 288.97 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 46.07 g; WW: 26.32 Por; Potas: 1979.53 mg; Wapń: 282.14 mg; Fosfor: 610.01 mg; Żelazo: 4.16 mg; Magnez: 104.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1805.15 kcal; Białko ogółem: 44.36 g; Tłuszcz ogółem: 56.70 g; Węglowodany ogółem: 287.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.17 g; Sól: 6.00 g; Sód: 1098.51 mg; Błonnik: 23.28 g; W tym cukry: 44.38 g; WW: 28.99 Por; Potas: 2096.60 mg; Wapń: 165.66 mg; Fosfor: 459.18 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 133.69 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.16 kcal; Białko ogółem: 74.70 g; Tłuszcz ogółem: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 310.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.84 g; Sól: 3.84 g; Sód: 1465.14 mg; Błonnik: 34.29 g; W tym cukry: 53.71 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2542.84 mg; Wapń: 918.55 mg; Fosfor: 1449.50 mg; Żelazo: 8.02 mg; Magnez: 315.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą manną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,		Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 451.94 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 75.33 g; WW: 36.29 Por; Potas: 4699.50 mg; Wapń: 209.49 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.06 kcal; Białko ogółem: 76.09 g; Tłuszcz ogółem: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 305.48 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.72 g; WW: 30.75 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.67 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz ogółem: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 315.23 g; Kw. tł. nasycone: 17.28 g; Sól: 5.17 g; Sód: 1427.37 mg; Błonnik: 42.72 g; W tym cukry: 48.07 g; WW: 31.68 Por; Potas: 3006.43 mg; Wapń: 679.64 mg; Fosfor: 1409.21 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 388.96 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1715.24 kcal; Białko ogółem: 30.42 g; Tłuszcz ogółem: 58.90 g; Węglowodany ogółem: 269.61 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 3.45 g; Sód: 226.81 mg; Błonnik: 27.65 g; W tym cukry: 41.66 g; WW: 27.11 Por; Potas: 1839.00 mg; Wapń: 131.16 mg; Fosfor: 288.98 mg; Żelazo: 3.99 mg; Magnez: 92.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2371.53 kcal; Białko ogółem: 77.41 g; Tłuszcz ogółem: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 365.47 g; Kw. tł. nasycone: 16.63 g; Sól: 4.76 g; Sód: 1260.95 mg; Błonnik: 39.68 g; W tym cukry: 77.34 g; WW: 36.57 Por; Potas: 2791.68 mg; Wapń: 624.89 mg; Fosfor: 1323.77 mg; Żelazo: 9.09 mg; Magnez: 337.82 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2090.33 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz ogółem: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 309.98 g; Kw. tł. nasycone: 14.47 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1300.75 mg; Błonnik: 38.88 g; W tym cukry: 41.73 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2657.28 mg; Wapń: 623.69 mg; Fosfor: 1394.27 mg; Żelazo: 9.64 mg; Magnez: 366.32 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.75 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz ogółem: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 324.58 g; Kw. tł. nasycone: 14.65 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 32.69 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.67 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz ogółem: 41.77 g; Węglowodany ogółem: 315.79 g; Kw. tł. nasycone: 14.35 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.87 kcal; Białko ogółem: 48.21 g; Tłuszcz ogółem: 46.43 g; Węglowodany ogółem: 298.58 g; Kw. tł. nasycone: 13.69 g; Sól: 2.40 g; Sód: 368.47 mg; Błonnik: 28.51 g; W tym cukry: 56.68 g; WW: 29.99 Por; Potas: 2259.53 mg; Wapń: 530.14 mg; Fosfor: 710.51 mg; Żelazo: 4.21 mg; Magnez: 128.16 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.96 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 200g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.20 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz ogółem: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 313.67 g; Kw. tł. nasycone: 32.42 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1457.46 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 67.17 g; WW: 31.57 Por; Potas: 2770.45 mg; Wapń: 794.42 mg; Fosfor: 1401.56 mg; Żelazo: 7.01 mg; Magnez: 188.87 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1837.52 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz ogółem: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 267.76 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 3.95 g; Sód: 988.62 mg; Błonnik: 14.75 g; W tym cukry: 36.60 g; WW: 26.91 Por; Potas: 1794.53 mg; Wapń: 530.12 mg; Fosfor: 892.30 mg; Żelazo: 5.02 mg; Magnez: 132.49 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1791.76 kcal; Białko ogółem: 52.16 g; Tłuszcz ogółem: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 262.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 1.79 g; Sód: 288.97 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 46.07 g; WW: 26.32 Por; Potas: 1979.53 mg; Wapń: 282.14 mg; Fosfor: 610.01 mg; Żelazo: 4.16 mg; Magnez: 104.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1805.15 kcal; Białko ogółem: 44.36 g; Tłuszcz ogółem: 56.70 g; Węglowodany ogółem: 287.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.17 g; Sól: 6.00 g; Sód: 1098.51 mg; Błonnik: 23.28 g; W tym cukry: 44.38 g; WW: 28.99 Por; Potas: 2096.60 mg; Wapń: 165.66 mg; Fosfor: 459.18 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 133.69 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.16 kcal; Białko ogółem: 74.70 g; Tłuszcz ogółem: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 310.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.84 g; Sól: 3.84 g; Sód: 1465.14 mg; Błonnik: 34.29 g; W tym cukry: 53.71 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2542.84 mg; Wapń: 918.55 mg; Fosfor: 1449.50 mg; Żelazo: 8.02 mg; Magnez: 315.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,		Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 451.94 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 75.33 g; WW: 36.29 Por; Potas: 4699.50 mg; Wapń: 209.49 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.06 kcal; Białko ogółem: 76.09 g; Tłuszcz ogółem: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 305.48 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.72 g; WW: 30.75 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.67 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz ogółem: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 315.23 g; Kw. tł. nasycone: 17.28 g; Sól: 5.17 g; Sód: 1427.37 mg; Błonnik: 42.72 g; W tym cukry: 48.07 g; WW: 31.68 Por; Potas: 3006.43 mg; Wapń: 679.64 mg; Fosfor: 1409.21 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 388.96 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1715.24 kcal; Białko ogółem: 30.42 g; Tłuszcz ogółem: 58.90 g; Węglowodany ogółem: 269.61 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 3.45 g; Sód: 226.81 mg; Błonnik: 27.65 g; W tym cukry: 41.66 g; WW: 27.11 Por; Potas: 1839.00 mg; Wapń: 131.16 mg; Fosfor: 288.98 mg; Żelazo: 3.99 mg; Magnez: 92.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2371.53 kcal; Białko ogółem: 77.41 g; Tłuszcz ogółem: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 365.47 g; Kw. tł. nasycone: 16.63 g; Sól: 4.76 g; Sód: 1260.95 mg; Błonnik: 39.68 g; W tym cukry: 77.34 g; WW: 36.57 Por; Potas: 2791.68 mg; Wapń: 624.89 mg; Fosfor: 1323.77 mg; Żelazo: 9.09 mg; Magnez: 337.82 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2090.33 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz ogółem: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 309.98 g; Kw. tł. nasycone: 14.47 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1300.75 mg; Błonnik: 38.88 g; W tym cukry: 41.73 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2657.28 mg; Wapń: 623.69 mg; Fosfor: 1394.27 mg; Żelazo: 9.64 mg; Magnez: 366.32 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.75 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz ogółem: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 324.58 g; Kw. tł. nasycone: 14.65 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 32.69 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.67 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz ogółem: 41.77 g; Węglowodany ogółem: 315.79 g; Kw. tł. nasycone: 14.35 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.87 kcal; Białko ogółem: 48.21 g; Tłuszcz ogółem: 46.43 g; Węglowodany ogółem: 298.58 g; Kw. tł. nasycone: 13.69 g; Sól: 2.40 g; Sód: 368.47 mg; Błonnik: 28.51 g; W tym cukry: 56.68 g; WW: 29.99 Por; Potas: 2259.53 mg; Wapń: 530.14 mg; Fosfor: 710.51 mg; Żelazo: 4.21 mg; Magnez: 128.16 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.96 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 200g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.20 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz ogółem: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 313.67 g; Kw. tł. nasycone: 32.42 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1457.46 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 67.17 g; WW: 31.57 Por; Potas: 2770.45 mg; Wapń: 794.42 mg; Fosfor: 1401.56 mg; Żelazo: 7.01 mg; Magnez: 188.87 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1837.52 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz ogółem: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 267.76 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 3.95 g; Sód: 988.62 mg; Błonnik: 14.75 g; W tym cukry: 36.60 g; WW: 26.91 Por; Potas: 1794.53 mg; Wapń: 530.12 mg; Fosfor: 892.30 mg; Żelazo: 5.02 mg; Magnez: 132.49 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1791.76 kcal; Białko ogółem: 52.16 g; Tłuszcz ogółem: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 262.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 1.79 g; Sód: 288.97 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 46.07 g; WW: 26.32 Por; Potas: 1979.53 mg; Wapń: 282.14 mg; Fosfor: 610.01 mg; Żelazo: 4.16 mg; Magnez: 104.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1805.15 kcal; Białko ogółem: 44.36 g; Tłuszcz ogółem: 56.70 g; Węglowodany ogółem: 287.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.17 g; Sól: 6.00 g; Sód: 1098.51 mg; Błonnik: 23.28 g; W tym cukry: 44.38 g; WW: 28.99 Por; Potas: 2096.60 mg; Wapń: 165.66 mg; Fosfor: 459.18 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 133.69 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.16 kcal; Białko ogółem: 74.70 g; Tłuszcz ogółem: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 310.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.84 g; Sól: 3.84 g; Sód: 1465.14 mg; Błonnik: 34.29 g; W tym cukry: 53.71 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2542.84 mg; Wapń: 918.55 mg; Fosfor: 1449.50 mg; Żelazo: 8.02 mg; Magnez: 315.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą manną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,		Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 451.94 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 75.33 g; WW: 36.29 Por; Potas: 4699.50 mg; Wapń: 209.49 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.06 kcal; Białko ogółem: 76.09 g; Tłuszcz ogółem: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 305.48 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.72 g; WW: 30.75 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.67 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz ogółem: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 315.23 g; Kw. tł. nasycone: 17.28 g; Sól: 5.17 g; Sód: 1427.37 mg; Błonnik: 42.72 g; W tym cukry: 48.07 g; WW: 31.68 Por; Potas: 3006.43 mg; Wapń: 679.64 mg; Fosfor: 1409.21 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 388.96 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g ,			
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1715.24 kcal; Białko ogółem: 30.42 g; Tłuszcz ogółem: 58.90 g; Węglowodany ogółem: 269.61 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 3.45 g; Sód: 226.81 mg; Błonnik: 27.65 g; W tym cukry: 41.66 g; WW: 27.11 Por; Potas: 1839.00 mg; Wapń: 131.16 mg; Fosfor: 288.98 mg; Żelazo: 3.99 mg; Magnez: 92.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2371.53 kcal; Białko ogółem: 77.41 g; Tłuszcz ogółem: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 365.47 g; Kw. tł. nasycone: 16.63 g; Sól: 4.76 g; Sód: 1260.95 mg; Błonnik: 39.68 g; W tym cukry: 77.34 g; WW: 36.57 Por; Potas: 2791.68 mg; Wapń: 624.89 mg; Fosfor: 1323.77 mg; Żelazo: 9.09 mg; Magnez: 337.82 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2090.33 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz ogółem: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 309.98 g; Kw. tł. nasycone: 14.47 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1300.75 mg; Błonnik: 38.88 g; W tym cukry: 41.73 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2657.28 mg; Wapń: 623.69 mg; Fosfor: 1394.27 mg; Żelazo: 9.64 mg; Magnez: 366.32 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.75 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz ogółem: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 324.58 g; Kw. tł. nasycone: 14.65 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 32.69 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.67 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz ogółem: 41.77 g; Węglowodany ogółem: 315.79 g; Kw. tł. nasycone: 14.35 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.87 kcal; Białko ogółem: 48.21 g; Tłuszcz ogółem: 46.43 g; Węglowodany ogółem: 298.58 g; Kw. tł. nasycone: 13.69 g; Sól: 2.40 g; Sód: 368.47 mg; Błonnik: 28.51 g; W tym cukry: 56.68 g; WW: 29.99 Por; Potas: 2259.53 mg; Wapń: 530.14 mg; Fosfor: 710.51 mg; Żelazo: 4.21 mg; Magnez: 128.16 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.96 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 200g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.20 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz ogółem: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 313.67 g; Kw. tł. nasycone: 32.42 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1457.46 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 67.17 g; WW: 31.57 Por; Potas: 2770.45 mg; Wapń: 794.42 mg; Fosfor: 1401.56 mg; Żelazo: 7.01 mg; Magnez: 188.87 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1837.52 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz ogółem: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 267.76 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 3.95 g; Sód: 988.62 mg; Błonnik: 14.75 g; W tym cukry: 36.60 g; WW: 26.91 Por; Potas: 1794.53 mg; Wapń: 530.12 mg; Fosfor: 892.30 mg; Żelazo: 5.02 mg; Magnez: 132.49 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1791.76 kcal; Białko ogółem: 52.16 g; Tłuszcz ogółem: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 262.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 1.79 g; Sód: 288.97 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 46.07 g; WW: 26.32 Por; Potas: 1979.53 mg; Wapń: 282.14 mg; Fosfor: 610.01 mg; Żelazo: 4.16 mg; Magnez: 104.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1805.15 kcal; Białko ogółem: 44.36 g; Tłuszcz ogółem: 56.70 g; Węglowodany ogółem: 287.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.17 g; Sól: 6.00 g; Sód: 1098.51 mg; Błonnik: 23.28 g; W tym cukry: 44.38 g; WW: 28.99 Por; Potas: 2096.60 mg; Wapń: 165.66 mg; Fosfor: 459.18 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 133.69 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.16 kcal; Białko ogółem: 74.70 g; Tłuszcz ogółem: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 310.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.84 g; Sól: 3.84 g; Sód: 1465.14 mg; Błonnik: 34.29 g; W tym cukry: 53.71 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2542.84 mg; Wapń: 918.55 mg; Fosfor: 1449.50 mg; Żelazo: 8.02 mg; Magnez: 315.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,		Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 451.94 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 75.33 g; WW: 36.29 Por; Potas: 4699.50 mg; Wapń: 209.49 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.06 kcal; Białko ogółem: 76.09 g; Tłuszcz ogółem: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 305.48 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.72 g; WW: 30.75 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.67 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz ogółem: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 315.23 g; Kw. tł. nasycone: 17.28 g; Sól: 5.17 g; Sód: 1427.37 mg; Błonnik: 42.72 g; W tym cukry: 48.07 g; WW: 31.68 Por; Potas: 3006.43 mg; Wapń: 679.64 mg; Fosfor: 1409.21 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 388.96 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g ,			
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1715.24 kcal; Białko ogółem: 30.42 g; Tłuszcz ogółem: 58.90 g; Węglowodany ogółem: 269.61 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 3.45 g; Sód: 226.81 mg; Błonnik: 27.65 g; W tym cukry: 41.66 g; WW: 27.11 Por; Potas: 1839.00 mg; Wapń: 131.16 mg; Fosfor: 288.98 mg; Żelazo: 3.99 mg; Magnez: 92.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2371.53 kcal; Białko ogółem: 77.41 g; Tłuszcz ogółem: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 365.47 g; Kw. tł. nasycone: 16.63 g; Sól: 4.76 g; Sód: 1260.95 mg; Błonnik: 39.68 g; W tym cukry: 77.34 g; WW: 36.57 Por; Potas: 2791.68 mg; Wapń: 624.89 mg; Fosfor: 1323.77 mg; Żelazo: 9.09 mg; Magnez: 337.82 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2090.33 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz ogółem: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 309.98 g; Kw. tł. nasycone: 14.47 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1300.75 mg; Błonnik: 38.88 g; W tym cukry: 41.73 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2657.28 mg; Wapń: 623.69 mg; Fosfor: 1394.27 mg; Żelazo: 9.64 mg; Magnez: 366.32 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.75 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz ogółem: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 324.58 g; Kw. tł. nasycone: 14.65 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 32.69 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.67 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz ogółem: 41.77 g; Węglowodany ogółem: 315.79 g; Kw. tł. nasycone: 14.35 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.87 kcal; Białko ogółem: 48.21 g; Tłuszcz ogółem: 46.43 g; Węglowodany ogółem: 298.58 g; Kw. tł. nasycone: 13.69 g; Sól: 2.40 g; Sód: 368.47 mg; Błonnik: 28.51 g; W tym cukry: 56.68 g; WW: 29.99 Por; Potas: 2259.53 mg; Wapń: 530.14 mg; Fosfor: 710.51 mg; Żelazo: 4.21 mg; Magnez: 128.16 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.96 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 200g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.20 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz ogółem: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 313.67 g; Kw. tł. nasycone: 32.42 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1457.46 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 67.17 g; WW: 31.57 Por; Potas: 2770.45 mg; Wapń: 794.42 mg; Fosfor: 1401.56 mg; Żelazo: 7.01 mg; Magnez: 188.87 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1837.52 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz ogółem: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 267.76 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 3.95 g; Sód: 988.62 mg; Błonnik: 14.75 g; W tym cukry: 36.60 g; WW: 26.91 Por; Potas: 1794.53 mg; Wapń: 530.12 mg; Fosfor: 892.30 mg; Żelazo: 5.02 mg; Magnez: 132.49 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1791.76 kcal; Białko ogółem: 52.16 g; Tłuszcz ogółem: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 262.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 1.79 g; Sód: 288.97 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 46.07 g; WW: 26.32 Por; Potas: 1979.53 mg; Wapń: 282.14 mg; Fosfor: 610.01 mg; Żelazo: 4.16 mg; Magnez: 104.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1805.15 kcal; Białko ogółem: 44.36 g; Tłuszcz ogółem: 56.70 g; Węglowodany ogółem: 287.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.17 g; Sól: 6.00 g; Sód: 1098.51 mg; Błonnik: 23.28 g; W tym cukry: 44.38 g; WW: 28.99 Por; Potas: 2096.60 mg; Wapń: 165.66 mg; Fosfor: 459.18 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 133.69 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.16 kcal; Białko ogółem: 74.70 g; Tłuszcz ogółem: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 310.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.84 g; Sól: 3.84 g; Sód: 1465.14 mg; Błonnik: 34.29 g; W tym cukry: 53.71 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2542.84 mg; Wapń: 918.55 mg; Fosfor: 1449.50 mg; Żelazo: 8.02 mg; Magnez: 315.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,		Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 451.94 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 75.33 g; WW: 36.29 Por; Potas: 4699.50 mg; Wapń: 209.49 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńska delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.06 kcal; Białko ogółem: 76.09 g; Tłuszcz ogółem: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 305.48 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.72 g; WW: 30.75 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.67 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz ogółem: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 315.23 g; Kw. tł. nasycone: 17.28 g; Sól: 5.17 g; Sód: 1427.37 mg; Błonnik: 42.72 g; W tym cukry: 48.07 g; WW: 31.68 Por; Potas: 3006.43 mg; Wapń: 679.64 mg; Fosfor: 1409.21 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 388.96 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńska delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g ,			
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1715.24 kcal; Białko ogółem: 30.42 g; Tłuszcz ogółem: 58.90 g; Węglowodany ogółem: 269.61 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 3.45 g; Sód: 226.81 mg; Błonnik: 27.65 g; W tym cukry: 41.66 g; WW: 27.11 Por; Potas: 1839.00 mg; Wapń: 131.16 mg; Fosfor: 288.98 mg; Żelazo: 3.99 mg; Magnez: 92.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2371.53 kcal; Białko ogółem: 77.41 g; Tłuszcz ogółem: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 365.47 g; Kw. tł. nasycone: 16.63 g; Sól: 4.76 g; Sód: 1260.95 mg; Błonnik: 39.68 g; W tym cukry: 77.34 g; WW: 36.57 Por; Potas: 2791.68 mg; Wapń: 624.89 mg; Fosfor: 1323.77 mg; Żelazo: 9.09 mg; Magnez: 337.82 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2090.33 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz ogółem: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 309.98 g; Kw. tł. nasycone: 14.47 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1300.75 mg; Błonnik: 38.88 g; W tym cukry: 41.73 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2657.28 mg; Wapń: 623.69 mg; Fosfor: 1394.27 mg; Żelazo: 9.64 mg; Magnez: 366.32 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.75 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz ogółem: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 324.58 g; Kw. tł. nasycone: 14.65 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 32.69 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.67 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz ogółem: 41.77 g; Węglowodany ogółem: 315.79 g; Kw. tł. nasycone: 14.35 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.87 kcal; Białko ogółem: 48.21 g; Tłuszcz ogółem: 46.43 g; Węglowodany ogółem: 298.58 g; Kw. tł. nasycone: 13.69 g; Sól: 2.40 g; Sód: 368.47 mg; Błonnik: 28.51 g; W tym cukry: 56.68 g; WW: 29.99 Por; Potas: 2259.53 mg; Wapń: 530.14 mg; Fosfor: 710.51 mg; Żelazo: 4.21 mg; Magnez: 128.16 mg;

poniedziałek 2025-02-10 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.96 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 200g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.20 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz ogółem: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 313.67 g; Kw. tł. nasycone: 32.42 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1457.46 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 67.17 g; WW: 31.57 Por; Potas: 2770.45 mg; Wapń: 794.42 mg; Fosfor: 1401.56 mg; Żelazo: 7.01 mg; Magnez: 188.87 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1837.52 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz ogółem: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 267.76 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 3.95 g; Sód: 988.62 mg; Błonnik: 14.75 g; W tym cukry: 36.60 g; WW: 26.91 Por; Potas: 1794.53 mg; Wapń: 530.12 mg; Fosfor: 892.30 mg; Żelazo: 5.02 mg; Magnez: 132.49 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1791.76 kcal; Białko ogółem: 52.16 g; Tłuszcz ogółem: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 262.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 1.79 g; Sód: 288.97 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 46.07 g; WW: 26.32 Por; Potas: 1979.53 mg; Wapń: 282.14 mg; Fosfor: 610.01 mg; Żelazo: 4.16 mg; Magnez: 104.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1805.15 kcal; Białko ogółem: 44.36 g; Tłuszcz ogółem: 56.70 g; Węglowodany ogółem: 287.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.17 g; Sól: 6.00 g; Sód: 1098.51 mg; Błonnik: 23.28 g; W tym cukry: 44.38 g; WW: 28.99 Por; Potas: 2096.60 mg; Wapń: 165.66 mg; Fosfor: 459.18 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 133.69 mg;

poniedziałek 2025-02-10Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.16 kcal; Białko ogółem: 74.70 g; Tłuszcz ogółem: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 310.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.84 g; Sól: 3.84 g; Sód: 1465.14 mg; Błonnik: 34.29 g; W tym cukry: 53.71 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2542.84 mg; Wapń: 918.55 mg; Fosfor: 1449.50 mg; Żelazo: 8.02 mg; Magnez: 315.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,		Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 451.94 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 75.33 g; WW: 36.29 Por; Potas: 4699.50 mg; Wapń: 209.49 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.87 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz ogółem: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.62 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.68 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.06 kcal; Białko ogółem: 76.09 g; Tłuszcz ogółem: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 305.48 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1148.47 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.72 g; WW: 30.75 Por; Potas: 2540.03 mg; Wapń: 607.14 mg; Fosfor: 972.01 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 168.66 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.67 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz ogółem: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 315.23 g; Kw. tł. nasycone: 17.28 g; Sól: 5.17 g; Sód: 1427.37 mg; Błonnik: 42.72 g; W tym cukry: 48.07 g; WW: 31.68 Por; Potas: 3006.43 mg; Wapń: 679.64 mg; Fosfor: 1409.21 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 388.96 mg;

poniedziałek 2025-02-10			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1715.24 kcal; Białko ogółem: 30.42 g; Tłuszcz ogółem: 58.90 g; Węglowodany ogółem: 269.61 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 3.45 g; Sód: 226.81 mg; Błonnik: 27.65 g; W tym cukry: 41.66 g; WW: 27.11 Por; Potas: 1839.00 mg; Wapń: 131.16 mg; Fosfor: 288.98 mg; Żelazo: 3.99 mg; Magnez: 92.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-10	Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny	
	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 400g (<i>S02</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1727.96 kcal; Białko ogółem: 56.03 g; Tłuszcz ogółem: 15.26 g; Węglowodany ogółem: 310.22 g; Kw. tł. nasycone: 4.82 g; Sól: 0.25 g; Sód: 89.71 mg; Błonnik: 25.58 g; W tym cukry: 18.44 g; WW: 31.15 Por; Potas: 1130.82 mg; Wapń: 180.55 mg; Fosfor: 659.67 mg; Żelazo: 3.00 mg; Magnez: 189.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2626.48 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz ogółem: 72.46 g; Węglowodany ogółem: 320.16 g; Kw. tł. nasycone: 26.41 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2232.57 mg; Błonnik: 35.27 g; W tym cukry: 72.76 g; WW: 32.20 Por; Potas: 3863.76 mg; Wapń: 582.91 mg; Fosfor: 1216.27 mg; Żelazo: 14.58 mg; Magnez: 349.90 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2290.18 kcal; Białko ogółem: 91.48 g; Tłuszcz ogółem: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 284.39 g; Kw. tł. nasycone: 24.17 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2262.72 mg; Błonnik: 36.82 g; W tym cukry: 61.36 g; WW: 28.66 Por; Potas: 4267.06 mg; Wapń: 882.81 mg; Fosfor: 1514.27 mg; Żelazo: 15.73 mg; Magnez: 410.90 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2336.47 kcal; Białko ogółem: 86.04 g; Tłuszcz ogółem: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 319.86 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 32.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.57 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; Kw. tł. nasycone: 20.98 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1955.87 kcal; Białko ogółem: 58.67 g; Tłuszcz ogółem: 61.46 g; Węglowodany ogółem: 248.20 g; Kw. tł. nasycone: 18.57 g; Sól: 2.20 g; Sód: 449.73 mg; Błonnik: 25.10 g; W tym cukry: 44.68 g; WW: 24.98 Por; Potas: 3494.06 mg; Wapń: 280.97 mg; Fosfor: 715.17 mg; Żelazo: 10.17 mg; Magnez: 241.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2488.02 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 326.85 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.04 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 104.64 g; WW: 32.97 Por; Potas: 4288.65 mg; Wapń: 877.59 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.97 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz ogółem: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 300.11 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2546.14 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz ogółem: 83.05 g; Węglowodany ogółem: 305.75 g; Kw. tł. nasycone: 32.75 g; Sól: 4.94 g; Sód: 1544.87 mg; Błonnik: 24.52 g; W tym cukry: 66.59 g; WW: 30.79 Por; Potas: 3812.26 mg; Wapń: 389.37 mg; Fosfor: 1048.57 mg; Żelazo: 12.57 mg; Magnez: 286.21 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1888.59 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz ogółem: 50.19 g; Węglowodany ogółem: 246.24 g; Kw. tł. nasycone: 16.14 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1174.81 mg; Błonnik: 19.40 g; W tym cukry: 41.61 g; WW: 24.80 Por; Potas: 3376.02 mg; Wapń: 282.77 mg; Fosfor: 842.47 mg; Żelazo: 11.15 mg; Magnez: 263.76 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło b/mąki 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2138.42 kcal; Białko ogółem: 68.87 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 272.10 g; Kw. tł. nasycone: 19.72 g; Sól: 2.45 g; Sód: 551.73 mg; Błonnik: 24.51 g; W tym cukry: 55.76 g; WW: 27.34 Por; Potas: 3499.16 mg; Wapń: 556.27 mg; Fosfor: 924.67 mg; Żelazo: 10.17 mg; Magnez: 253.56 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.64 kcal; Białko ogółem: 76.34 g; Tłuszcz ogółem: 72.40 g; Węglowodany ogółem: 265.34 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1186.99 mg; Błonnik: 23.97 g; W tym cukry: 47.01 g; WW: 26.77 Por; Potas: 3791.54 mg; Wapń: 299.64 mg; Fosfor: 877.61 mg; Żelazo: 13.07 mg; Magnez: 294.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo k.l.M 1szt (<i>JAJ</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.31 kcal; Białko ogółem: 65.70 g; Tłuszcz ogółem: 69.85 g; Węglowodany ogółem: 297.36 g; Kw. tł. nasycone: 22.21 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1296.32 mg; Błonnik: 35.15 g; W tym cukry: 61.00 g; WW: 29.82 Por; Potas: 3489.18 mg; Wapń: 337.05 mg; Fosfor: 705.65 mg; Żelazo: 13.37 mg; Magnez: 282.65 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Szpinak na ciepło b/soli 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.92 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; Tłuszcz ogółem: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 301.29 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1329.13 mg; Błonnik: 24.24 g; W tym cukry: 60.25 g; WW: 30.37 Por; Potas: 3757.21 mg; Wapń: 315.77 mg; Fosfor: 870.07 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 280.00 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,			Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.97 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.99 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 18.65 g; W tym cukry: 97.57 g; WW: 30.56 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Szpinak na ciepło b/soli 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.92 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; Tłuszcz ogółem: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 301.29 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1329.13 mg; Błonnik: 24.24 g; W tym cukry: 60.25 g; WW: 30.37 Por; Potas: 3757.21 mg; Wapń: 315.77 mg; Fosfor: 870.07 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 280.00 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.57 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; Kw. tł. nasycone: 20.98 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jabłko gotowane 150g ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2225.37 kcal; Białko ogółem: 90.64 g; Tłuszcz ogółem: 62.57 g; Węglowodany ogółem: 282.04 g; Kw. tł. nasycone: 20.35 g; Sól: 5.96 g; Sód: 1579.36 mg; Błonnik: 35.19 g; W tym cukry: 58.42 g; WW: 28.47 Por; Potas: 4382.95 mg; Wapń: 632.34 mg; Fosfor: 1339.83 mg; Żelazo: 15.67 mg; Magnez: 400.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło b/mąki 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ , GOR), Cukinia duszona na ciepło 100g ,			
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1899.79 kcal; Białko ogółem: 58.46 g; Tłuszcz ogółem: 79.22 g; Węglowodany ogółem: 243.32 g; Kw. tł. nasycone: 13.31 g; Sól: 2.62 g; Sód: 279.29 mg; Błonnik: 24.93 g; W tym cukry: 42.88 g; WW: 24.48 Por; Potas: 3097.59 mg; Wapń: 233.94 mg; Fosfor: 615.66 mg; Żelazo: 9.65 mg; Magnez: 216.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2626.48 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz ogółem: 72.46 g; Węglowodany ogółem: 320.16 g; Kw. tł. nasycone: 26.41 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2232.57 mg; Błonnik: 35.27 g; W tym cukry: 72.76 g; WW: 32.20 Por; Potas: 3863.76 mg; Wapń: 582.91 mg; Fosfor: 1216.27 mg; Żelazo: 14.58 mg; Magnez: 349.90 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2290.18 kcal; Białko ogółem: 91.48 g; Tłuszcz ogółem: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 284.39 g; Kw. tł. nasycone: 24.17 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2262.72 mg; Błonnik: 36.82 g; W tym cukry: 61.36 g; WW: 28.66 Por; Potas: 4267.06 mg; Wapń: 882.81 mg; Fosfor: 1514.27 mg; Żelazo: 15.73 mg; Magnez: 410.90 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2336.47 kcal; Białko ogółem: 86.04 g; Tłuszcz ogółem: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 319.86 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 32.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.57 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; Kw. tł. nasycone: 20.98 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1955.87 kcal; Białko ogółem: 58.67 g; Tłuszcz ogółem: 61.46 g; Węglowodany ogółem: 248.20 g; Kw. tł. nasycone: 18.57 g; Sól: 2.20 g; Sód: 449.73 mg; Błonnik: 25.10 g; W tym cukry: 44.68 g; WW: 24.98 Por; Potas: 3494.06 mg; Wapń: 280.97 mg; Fosfor: 715.17 mg; Żelazo: 10.17 mg; Magnez: 241.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (GLU, MLE),	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2488.02 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 326.85 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.04 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 104.64 g; WW: 32.97 Por; Potas: 4288.65 mg; Wapń: 877.59 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.97 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz ogółem: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 300.11 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2546.14 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz ogółem: 83.05 g; Węglowodany ogółem: 305.75 g; Kw. tł. nasycone: 32.75 g; Sól: 4.94 g; Sód: 1544.87 mg; Błonnik: 24.52 g; W tym cukry: 66.59 g; WW: 30.79 Por; Potas: 3812.26 mg; Wapń: 389.37 mg; Fosfor: 1048.57 mg; Żelazo: 12.57 mg; Magnez: 286.21 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1888.59 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz ogółem: 50.19 g; Węglowodany ogółem: 246.24 g; Kw. tł. nasycone: 16.14 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1174.81 mg; Błonnik: 19.40 g; W tym cukry: 41.61 g; WW: 24.80 Por; Potas: 3376.02 mg; Wapń: 282.77 mg; Fosfor: 842.67 mg; Żelazo: 11.15 mg; Magnez: 263.76 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło b/mąki 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2138.42 kcal; Białko ogółem: 68.87 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 272.10 g; Kw. tł. nasycone: 19.72 g; Sól: 2.45 g; Sód: 551.73 mg; Błonnik: 24.51 g; W tym cukry: 55.76 g; WW: 27.34 Por; Potas: 3499.16 mg; Wapń: 556.27 mg; Fosfor: 924.67 mg; Żelazo: 10.17 mg; Magnez: 253.56 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Cukinia duszona na ciepło 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.64 kcal; Białko ogółem: 76.34 g; Tłuszcz ogółem: 72.40 g; Węglowodany ogółem: 265.34 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1186.99 mg; Błonnik: 23.97 g; W tym cukry: 47.01 g; WW: 26.77 Por; Potas: 3791.54 mg; Wapń: 299.64 mg; Fosfor: 877.61 mg; Żelazo: 13.07 mg; Magnez: 294.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo k.l.M 1szt (<i>JAJ</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.31 kcal; Białko ogółem: 65.70 g; Tłuszcz ogółem: 69.85 g; Węglowodany ogółem: 297.36 g; Kw. tł. nasycone: 22.21 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1296.32 mg; Błonnik: 35.15 g; W tym cukry: 61.00 g; WW: 29.82 Por; Potas: 3489.18 mg; Wapń: 337.05 mg; Fosfor: 705.65 mg; Żelazo: 13.37 mg; Magnez: 282.65 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Szpinak na ciepło b/soli 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.92 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; Tłuszcz ogółem: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 301.29 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1329.13 mg; Błonnik: 24.24 g; W tym cukry: 60.25 g; WW: 30.37 Por; Potas: 3757.21 mg; Wapń: 315.77 mg; Fosfor: 870.07 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 280.00 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,			Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.97 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.99 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 18.65 g; W tym cukry: 97.57 g; WW: 30.56 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Szpinak na ciepło b/soli 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.92 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; Tłuszcz ogółem: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 301.29 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1329.13 mg; Błonnik: 24.24 g; W tym cukry: 60.25 g; WW: 30.37 Por; Potas: 3757.21 mg; Wapń: 315.77 mg; Fosfor: 870.07 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 280.00 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.57 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; Kw. tł. nasycone: 20.98 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jabłko gotowane 150g ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2225.37 kcal; Białko ogółem: 90.64 g; Tłuszcz ogółem: 62.57 g; Węglowodany ogółem: 282.04 g; Kw. tł. nasycone: 20.35 g; Sól: 5.96 g; Sód: 1579.36 mg; Błonnik: 35.19 g; W tym cukry: 58.42 g; WW: 28.47 Por; Potas: 4382.95 mg; Wapń: 632.34 mg; Fosfor: 1339.83 mg; Żelazo: 15.67 mg; Magnez: 400.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło b/mąki 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ , GOR), Cukinia duszona na ciepło 100g ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1899.79 kcal; Białko ogółem: 58.46 g; Tłuszcz ogółem: 79.22 g; Węglowodany ogółem: 243.32 g; Kw. tł. nasycone: 13.31 g; Sól: 2.62 g; Sód: 279.29 mg; Błonnik: 24.93 g; W tym cukry: 42.88 g; WW: 24.48 Por; Potas: 3097.59 mg; Wapń: 233.94 mg; Fosfor: 615.66 mg; Żelazo: 9.65 mg; Magnez: 216.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Herbata b/c 250ml , Biskupki 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2626.48 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz ogółem: 72.46 g; Węglowodany ogółem: 320.16 g; Kw. tł. nasycone: 26.41 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2232.57 mg; Błonnik: 35.27 g; W tym cukry: 72.76 g; WW: 32.20 Por; Potas: 3863.76 mg; Wapń: 582.91 mg; Fosfor: 1216.27 mg; Żelazo: 14.58 mg; Magnez: 349.90 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2290.18 kcal; Białko ogółem: 91.48 g; Tłuszcz ogółem: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 284.39 g; Kw. tł. nasycone: 24.17 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2262.72 mg; Błonnik: 36.82 g; W tym cukry: 61.36 g; WW: 28.66 Por; Potas: 4267.06 mg; Wapń: 882.81 mg; Fosfor: 1514.27 mg; Żelazo: 15.73 mg; Magnez: 410.90 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2336.47 kcal; Białko ogółem: 86.04 g; Tłuszcz ogółem: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 319.86 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 32.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.57 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; Kw. tł. nasycone: 20.98 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1955.87 kcal; Białko ogółem: 58.67 g; Tłuszcz ogółem: 61.46 g; Węglowodany ogółem: 248.20 g; Kw. tł. nasycone: 18.57 g; Sól: 2.20 g; Sód: 449.73 mg; Błonnik: 25.10 g; W tym cukry: 44.68 g; WW: 24.98 Por; Potas: 3494.06 mg; Wapń: 280.97 mg; Fosfor: 715.17 mg; Żelazo: 10.17 mg; Magnez: 241.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2488.02 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 326.85 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.04 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 104.64 g; WW: 32.97 Por; Potas: 4288.65 mg; Wapń: 877.59 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.97 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz ogółem: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 300.11 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2546.14 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz ogółem: 83.05 g; Węglowodany ogółem: 305.75 g; Kw. tł. nasycone: 32.75 g; Sól: 4.94 g; Sód: 1544.87 mg; Błonnik: 24.52 g; W tym cukry: 66.59 g; WW: 30.79 Por; Potas: 3812.26 mg; Wapń: 389.37 mg; Fosfor: 1048.57 mg; Żelazo: 12.57 mg; Magnez: 286.21 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1888.59 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz ogółem: 50.19 g; Węglowodany ogółem: 246.24 g; Kw. tł. nasycone: 16.14 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1174.81 mg; Błonnik: 19.40 g; W tym cukry: 41.61 g; WW: 24.80 Por; Potas: 3376.02 mg; Wapń: 282.77 mg; Fosfor: 842.67 mg; Żelazo: 11.15 mg; Magnez: 263.76 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło b/mąki 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2138.42 kcal; Białko ogółem: 68.87 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 272.10 g; Kw. tł. nasycone: 19.72 g; Sól: 2.45 g; Sód: 551.73 mg; Błonnik: 24.51 g; W tym cukry: 55.76 g; WW: 27.34 Por; Potas: 3499.16 mg; Wapń: 556.27 mg; Fosfor: 924.67 mg; Żelazo: 10.17 mg; Magnez: 253.56 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.64 kcal; Białko ogółem: 76.34 g; Tłuszcz ogółem: 72.40 g; Węglowodany ogółem: 265.34 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1186.99 mg; Błonnik: 23.97 g; W tym cukry: 47.01 g; WW: 26.77 Por; Potas: 3791.54 mg; Wapń: 299.64 mg; Fosfor: 877.61 mg; Żelazo: 13.07 mg; Magnez: 294.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo k.l.M 1szt (<i>JAJ</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.31 kcal; Białko ogółem: 65.70 g; Tłuszcz ogółem: 69.85 g; Węglowodany ogółem: 297.36 g; Kw. tł. nasycone: 22.21 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1296.32 mg; Błonnik: 35.15 g; W tym cukry: 61.00 g; WW: 29.82 Por; Potas: 3489.18 mg; Wapń: 337.05 mg; Fosfor: 705.65 mg; Żelazo: 13.37 mg; Magnez: 282.65 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Szpinak na ciepło b/soli 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.92 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; Tłuszcz ogółem: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 301.29 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1329.13 mg; Błonnik: 24.24 g; W tym cukry: 60.25 g; WW: 30.37 Por; Potas: 3757.21 mg; Wapń: 315.77 mg; Fosfor: 870.07 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 280.00 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,			Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.97 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.99 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 18.65 g; W tym cukry: 97.57 g; WW: 30.56 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Szpinak na ciepło b/soli 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.92 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; Tłuszcz ogółem: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 301.29 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1329.13 mg; Błonnik: 24.24 g; W tym cukry: 60.25 g; WW: 30.37 Por; Potas: 3757.21 mg; Wapń: 315.77 mg; Fosfor: 870.07 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 280.00 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.57 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; Kw. tł. nasycone: 20.98 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jabłko gotowane 150g ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2225.37 kcal; Białko ogółem: 90.64 g; Tłuszcz ogółem: 62.57 g; Węglowodany ogółem: 282.04 g; Kw. tł. nasycone: 20.35 g; Sól: 5.96 g; Sód: 1579.36 mg; Błonnik: 35.19 g; W tym cukry: 58.42 g; WW: 28.47 Por; Potas: 4382.95 mg; Wapń: 632.34 mg; Fosfor: 1339.83 mg; Żelazo: 15.67 mg; Magnez: 400.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło b/mąki 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ , GOR), Cukinia duszona na ciepło 100g ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1899.79 kcal; Białko ogółem: 58.46 g; Tłuszcz ogółem: 79.22 g; Węglowodany ogółem: 243.32 g; Kw. tł. nasycone: 13.31 g; Sól: 2.62 g; Sód: 279.29 mg; Błonnik: 24.93 g; W tym cukry: 42.88 g; WW: 24.48 Por; Potas: 3097.59 mg; Wapń: 233.94 mg; Fosfor: 615.66 mg; Żelazo: 9.65 mg; Magnez: 216.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Herbata b/c 250ml , Biszkoty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2626.48 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz ogółem: 72.46 g; Węglowodany ogółem: 320.16 g; Kw. tł. nasycone: 26.41 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2232.57 mg; Błonnik: 35.27 g; W tym cukry: 72.76 g; WW: 32.20 Por; Potas: 3863.76 mg; Wapń: 582.91 mg; Fosfor: 1216.27 mg; Żelazo: 14.58 mg; Magnez: 349.90 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2290.18 kcal; Białko ogółem: 91.48 g; Tłuszcz ogółem: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 284.39 g; Kw. tł. nasycone: 24.17 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2262.72 mg; Błonnik: 36.82 g; W tym cukry: 61.36 g; WW: 28.66 Por; Potas: 4267.06 mg; Wapń: 882.81 mg; Fosfor: 1514.27 mg; Żelazo: 15.73 mg; Magnez: 410.90 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2336.47 kcal; Białko ogółem: 86.04 g; Tłuszcz ogółem: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 319.86 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 32.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.57 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; Kw. tł. nasycone: 20.98 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1955.87 kcal; Białko ogółem: 58.67 g; Tłuszcz ogółem: 61.46 g; Węglowodany ogółem: 248.20 g; Kw. tł. nasycone: 18.57 g; Sól: 2.20 g; Sód: 449.73 mg; Błonnik: 25.10 g; W tym cukry: 44.68 g; WW: 24.98 Por; Potas: 3494.06 mg; Wapń: 280.97 mg; Fosfor: 715.17 mg; Żelazo: 10.17 mg; Magnez: 241.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2488.02 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 326.85 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.04 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 104.64 g; WW: 32.97 Por; Potas: 4288.65 mg; Wapń: 877.59 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.97 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz ogółem: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 300.11 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2546.14 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz ogółem: 83.05 g; Węglowodany ogółem: 305.75 g; Kw. tł. nasycone: 32.75 g; Sól: 4.94 g; Sód: 1544.87 mg; Błonnik: 24.52 g; W tym cukry: 66.59 g; WW: 30.79 Por; Potas: 3812.26 mg; Wapń: 389.37 mg; Fosfor: 1048.57 mg; Żelazo: 12.57 mg; Magnez: 286.21 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1888.59 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz ogółem: 50.19 g; Węglowodany ogółem: 246.24 g; Kw. tł. nasycone: 16.14 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1174.81 mg; Błonnik: 19.40 g; W tym cukry: 41.61 g; WW: 24.80 Por; Potas: 3376.02 mg; Wapń: 282.77 mg; Fosfor: 842.67 mg; Żelazo: 11.15 mg; Magnez: 263.76 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło b/mąki 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2138.42 kcal; Białko ogółem: 68.87 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 272.10 g; Kw. tł. nasycone: 19.72 g; Sól: 2.45 g; Sód: 551.73 mg; Błonnik: 24.51 g; W tym cukry: 55.76 g; WW: 27.34 Por; Potas: 3499.16 mg; Wapń: 556.27 mg; Fosfor: 924.67 mg; Żelazo: 10.17 mg; Magnez: 253.56 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g ,	
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.64 kcal; Białko ogółem: 76.34 g; Tłuszcz ogółem: 72.40 g; Węglowodany ogółem: 265.34 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1186.99 mg; Błonnik: 23.97 g; W tym cukry: 47.01 g; WW: 26.77 Por; Potas: 3791.54 mg; Wapń: 299.64 mg; Fosfor: 877.61 mg; Żelazo: 13.07 mg; Magnez: 294.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło b/mąki 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ , GOR), Cukinia duszona na ciepło 100g ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1899.79 kcal; Białko ogółem: 58.46 g; Tłuszcz ogółem: 79.22 g; Węglowodany ogółem: 243.32 g; Kw. tł. nasycone: 13.31 g; Sól: 2.62 g; Sód: 279.29 mg; Błonnik: 24.93 g; W tym cukry: 42.88 g; WW: 24.48 Por; Potas: 3097.59 mg; Wapń: 233.94 mg; Fosfor: 615.66 mg; Żelazo: 9.65 mg; Magnez: 216.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Herbata b/c 250ml , Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2626.48 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz ogółem: 72.46 g; Węglowodany ogółem: 320.16 g; Kw. tł. nasycone: 26.41 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2232.57 mg; Błonnik: 35.27 g; W tym cukry: 72.76 g; WW: 32.20 Por; Potas: 3863.76 mg; Wapń: 582.91 mg; Fosfor: 1216.27 mg; Żelazo: 14.58 mg; Magnez: 349.90 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2290.18 kcal; Białko ogółem: 91.48 g; Tłuszcz ogółem: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 284.39 g; Kw. tł. nasycone: 24.17 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2262.72 mg; Błonnik: 36.82 g; W tym cukry: 61.36 g; WW: 28.66 Por; Potas: 4267.06 mg; Wapń: 882.81 mg; Fosfor: 1514.27 mg; Żelazo: 15.73 mg; Magnez: 410.90 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2336.47 kcal; Białko ogółem: 86.04 g; Tłuszcz ogółem: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 319.86 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 32.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.57 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; Kw. tł. nasycone: 20.98 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1955.87 kcal; Białko ogółem: 58.67 g; Tłuszcz ogółem: 61.46 g; Węglowodany ogółem: 248.20 g; Kw. tł. nasycone: 18.57 g; Sól: 2.20 g; Sód: 449.73 mg; Błonnik: 25.10 g; W tym cukry: 44.68 g; WW: 24.98 Por; Potas: 3494.06 mg; Wapń: 280.97 mg; Fosfor: 715.17 mg; Żelazo: 10.17 mg; Magnez: 241.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2488.02 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 326.85 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.04 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 104.64 g; WW: 32.97 Por; Potas: 4288.65 mg; Wapń: 877.59 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.97 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz ogółem: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 300.11 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2546.14 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz ogółem: 83.05 g; Węglowodany ogółem: 305.75 g; Kw. tł. nasycone: 32.75 g; Sól: 4.94 g; Sód: 1544.87 mg; Błonnik: 24.52 g; W tym cukry: 66.59 g; WW: 30.79 Por; Potas: 3812.26 mg; Wapń: 389.37 mg; Fosfor: 1048.57 mg; Żelazo: 12.57 mg; Magnez: 286.21 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1888.59 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz ogółem: 50.19 g; Węglowodany ogółem: 246.24 g; Kw. tł. nasycone: 16.14 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1174.81 mg; Błonnik: 19.40 g; W tym cukry: 41.61 g; WW: 24.80 Por; Potas: 3376.02 mg; Wapń: 282.77 mg; Fosfor: 842.67 mg; Żelazo: 11.15 mg; Magnez: 263.76 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło b/mąki 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2138.42 kcal; Białko ogółem: 68.87 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 272.10 g; Kw. tł. nasycone: 19.72 g; Sól: 2.45 g; Sód: 551.73 mg; Błonnik: 24.51 g; W tym cukry: 55.76 g; WW: 27.34 Por; Potas: 3499.16 mg; Wapń: 556.27 mg; Fosfor: 924.67 mg; Żelazo: 10.17 mg; Magnez: 253.56 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.64 kcal; Białko ogółem: 76.34 g; Tłuszcz ogółem: 72.40 g; Węglowodany ogółem: 265.34 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1186.99 mg; Błonnik: 23.97 g; W tym cukry: 47.01 g; WW: 26.77 Por; Potas: 3791.54 mg; Wapń: 299.64 mg; Fosfor: 877.61 mg; Żelazo: 13.07 mg; Magnez: 294.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło b/mąki 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ , GOR), Cukinia duszona na ciepło 100g ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1899.79 kcal; Białko ogółem: 58.46 g; Tłuszcz ogółem: 79.22 g; Węglowodany ogółem: 243.32 g; Kw. tł. nasycone: 13.31 g; Sól: 2.62 g; Sód: 279.29 mg; Błonnik: 24.93 g; W tym cukry: 42.88 g; WW: 24.48 Por; Potas: 3097.59 mg; Wapń: 233.94 mg; Fosfor: 615.66 mg; Żelazo: 9.65 mg; Magnez: 216.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Herbata b/c 250ml , Biszkoty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2626.48 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz ogółem: 72.46 g; Węglowodany ogółem: 320.16 g; Kw. tł. nasycone: 26.41 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2232.57 mg; Błonnik: 35.27 g; W tym cukry: 72.76 g; WW: 32.20 Por; Potas: 3863.76 mg; Wapń: 582.91 mg; Fosfor: 1216.27 mg; Żelazo: 14.58 mg; Magnez: 349.90 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2290.18 kcal; Białko ogółem: 91.48 g; Tłuszcz ogółem: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 284.39 g; Kw. tł. nasycone: 24.17 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2262.72 mg; Błonnik: 36.82 g; W tym cukry: 61.36 g; WW: 28.66 Por; Potas: 4267.06 mg; Wapń: 882.81 mg; Fosfor: 1514.27 mg; Żelazo: 15.73 mg; Magnez: 410.90 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2336.47 kcal; Białko ogółem: 86.04 g; Tłuszcz ogółem: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 319.86 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 32.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.57 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; Kw. tł. nasycone: 20.98 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1955.87 kcal; Białko ogółem: 58.67 g; Tłuszcz ogółem: 61.46 g; Węglowodany ogółem: 248.20 g; Kw. tł. nasycone: 18.57 g; Sól: 2.20 g; Sód: 449.73 mg; Błonnik: 25.10 g; W tym cukry: 44.68 g; WW: 24.98 Por; Potas: 3494.06 mg; Wapń: 280.97 mg; Fosfor: 715.17 mg; Żelazo: 10.17 mg; Magnez: 241.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2488.02 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 326.85 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.04 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 104.64 g; WW: 32.97 Por; Potas: 4288.65 mg; Wapń: 877.59 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.97 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz ogółem: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 300.11 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2546.14 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz ogółem: 83.05 g; Węglowodany ogółem: 305.75 g; Kw. tł. nasycone: 32.75 g; Sól: 4.94 g; Sód: 1544.87 mg; Błonnik: 24.52 g; W tym cukry: 66.59 g; WW: 30.79 Por; Potas: 3812.26 mg; Wapń: 389.37 mg; Fosfor: 1048.57 mg; Żelazo: 12.57 mg; Magnez: 286.21 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1888.59 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz ogółem: 50.19 g; Węglowodany ogółem: 246.24 g; Kw. tł. nasycone: 16.14 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1174.81 mg; Błonnik: 19.40 g; W tym cukry: 41.61 g; WW: 24.80 Por; Potas: 3376.02 mg; Wapń: 282.77 mg; Fosfor: 842.67 mg; Żelazo: 11.15 mg; Magnez: 263.76 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło b/mąki 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2138.42 kcal; Białko ogółem: 68.87 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 272.10 g; Kw. tł. nasycone: 19.72 g; Sól: 2.45 g; Sód: 551.73 mg; Błonnik: 24.51 g; W tym cukry: 55.76 g; WW: 27.34 Por; Potas: 3499.16 mg; Wapń: 556.27 mg; Fosfor: 924.67 mg; Żelazo: 10.17 mg; Magnez: 253.56 mg;

wtorek 2025-02-11			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.64 kcal; Białko ogółem: 76.34 g; Tłuszcz ogółem: 72.40 g; Węglowodany ogółem: 265.34 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1186.99 mg; Błonnik: 23.97 g; W tym cukry: 47.01 g; WW: 26.77 Por; Potas: 3791.54 mg; Wapń: 299.64 mg; Fosfor: 877.61 mg; Żelazo: 13.07 mg; Magnez: 294.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo k.l.M 1szt (<i>JAJ</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.31 kcal; Białko ogółem: 65.70 g; Tłuszcz ogółem: 69.85 g; Węglowodany ogółem: 297.36 g; Kw. tł. nasycone: 22.21 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1296.32 mg; Błonnik: 35.15 g; W tym cukry: 61.00 g; WW: 29.82 Por; Potas: 3489.18 mg; Wapń: 337.05 mg; Fosfor: 705.65 mg; Żelazo: 13.37 mg; Magnez: 282.65 mg;

wtorek 2025-02-11Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Szpinak na ciepło b/soli 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.92 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; Tłuszcz ogółem: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 301.29 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1329.13 mg; Błonnik: 24.24 g; W tym cukry: 60.25 g; WW: 30.37 Por; Potas: 3757.21 mg; Wapń: 315.77 mg; Fosfor: 870.07 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 280.00 mg;

wtorek 2025-02-11Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),	Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.97 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.99 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 18.65 g; W tym cukry: 97.57 g; WW: 30.56 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

wtorek 2025-02-11Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Szpinak na ciepło b/soli 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.92 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; Tłuszcz ogółem: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 301.29 g; Kw. tł. nasycone: 21.53 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1329.13 mg; Błonnik: 24.24 g; W tym cukry: 60.25 g; WW: 30.37 Por; Potas: 3757.21 mg; Wapń: 315.77 mg; Fosfor: 870.07 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 280.00 mg;

wtorek 2025-02-11Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.57 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; Kw. tł. nasycone: 20.98 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1321.98 mg; Błonnik: 23.71 g; W tym cukry: 59.65 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3718.06 mg; Wapń: 310.97 mg; Fosfor: 863.17 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 277.61 mg;

wtorek 2025-02-11Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jabłko gotowane 150g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2225.37 kcal; Białko ogółem: 90.64 g; Tłuszcz ogółem: 62.57 g; Węglowodany ogółem: 282.04 g; Kw. tł. nasycone: 20.35 g; Sól: 5.96 g; Sód: 1579.36 mg; Błonnik: 35.19 g; W tym cukry: 58.42 g; WW: 28.47 Por; Potas: 4382.95 mg; Wapń: 632.34 mg; Fosfor: 1339.83 mg; Żelazo: 15.67 mg; Magnez: 400.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-11		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło b/mąki 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ , GOR), Cukinia duszona na ciepło 100g ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1899.79 kcal; Białko ogółem: 58.46 g; Tłuszcz ogółem: 79.22 g; Węglowodany ogółem: 243.32 g; Kw. tł. nasycone: 13.31 g; Sól: 2.62 g; Sód: 279.29 mg; Błonnik: 24.93 g; W tym cukry: 42.88 g; WW: 24.48 Por; Potas: 3097.59 mg; Wapń: 233.94 mg; Fosfor: 615.66 mg; Żelazo: 9.65 mg; Magnez: 216.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-11 Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny		
	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak na ciepło 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 200g , Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1804.11 kcal; Białko ogółem: 64.56 g; Tłuszcz ogółem: 47.78 g; Węglowodany ogółem: 249.65 g; Kw. tł. nasycone: 5.64 g; Sól: 0.80 g; Sód: 311.66 mg; Błonnik: 21.65 g; W tym cukry: 19.82 g; WW: 25.25 Por; Potas: 2989.52 mg; Wapń: 257.17 mg; Fosfor: 604.14 mg; Żelazo: 10.24 mg; Magnez: 212.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp 250g (<i>GLU</i>), Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2130.78 kcal; Białko ogółem: 63.45 g; Tłuszcz ogółem: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 338.34 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1395.68 mg; Błonnik: 39.95 g; W tym cukry: 86.24 g; WW: 33.79 Por; Potas: 2876.39 mg; Wapń: 652.76 mg; Fosfor: 946.08 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 261.06 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp 250g (<i>GLU</i>), Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1924.58 kcal; Białko ogółem: 66.69 g; Tłuszcz ogółem: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 300.99 g; Kw. tł. nasycone: 9.56 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1438.48 mg; Błonnik: 42.15 g; W tym cukry: 65.18 g; WW: 30.09 Por; Potas: 2942.99 mg; Wapń: 657.56 mg; Fosfor: 1030.08 mg; Żelazo: 10.96 mg; Magnez: 294.06 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Rukola 20g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2238.95 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz ogółem: 44.37 g; Węglowodany ogółem: 345.79 g; Kw. tł. nasycone: 13.05 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1122.69 mg; Błonnik: 25.26 g; W tym cukry: 75.67 g; WW: 34.90 Por; Potas: 2967.10 mg; Wapń: 515.64 mg; Fosfor: 899.82 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 202.65 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2097.20 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.90 kcal; Białko ogółem: 53.65 g; Tłuszcz ogółem: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 271.99 g; Kw. tł. nasycone: 10.59 g; Sól: 0.86 g; Sód: 279.65 mg; Błonnik: 28.82 g; W tym cukry: 37.43 g; WW: 27.39 Por; Potas: 2905.64 mg; Wapń: 220.97 mg; Fosfor: 581.84 mg; Żelazo: 7.20 mg; Magnez: 156.61 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.97 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.91 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 103.01 g; WW: 32.39 Por; Potas: 4097.05 mg; Wapń: 692.26 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2134.40 kcal; Białko ogółem: 77.61 g; Tłuszcz ogółem: 44.83 g; Węglowodany ogółem: 315.44 g; Kw. tł. nasycone: 13.13 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2466.80 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz ogółem: 72.29 g; Węglowodany ogółem: 310.88 g; Kw. tł. nasycone: 29.34 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1420.75 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 56.54 g; WW: 31.34 Por; Potas: 3618.74 mg; Wapń: 672.97 mg; Fosfor: 1244.64 mg; Żelazo: 9.87 mg; Magnez: 234.41 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 50g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1750.23 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz ogółem: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 253.38 g; Kw. tł. nasycone: 9.77 g; Sól: 2.61 g; Sód: 982.39 mg; Błonnik: 17.86 g; W tym cukry: 25.03 g; WW: 25.54 Por; Potas: 2490.70 mg; Wapń: 187.83 mg; Fosfor: 644.32 mg; Żelazo: 7.72 mg; Magnez: 161.59 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1752.86 kcal; Białko ogółem: 51.37 g; Tłuszcz ogółem: 43.00 g; Węglowodany ogółem: 246.46 g; Kw. tł. nasycone: 8.53 g; Sól: 0.72 g; Sód: 225.19 mg; Błonnik: 27.94 g; W tym cukry: 37.35 g; WW: 24.81 Por; Potas: 2846.63 mg; Wapń: 215.49 mg; Fosfor: 545.38 mg; Żelazo: 6.76 mg; Magnez: 149.09 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2072.70 kcal; Białko ogółem: 71.98 g; Tłuszcz ogółem: 74.34 g; Węglowodany ogółem: 292.48 g; Kw. tł. nasycone: 13.31 g; Sól: 3.91 g; Sód: 1154.69 mg; Błonnik: 26.87 g; W tym cukry: 41.21 g; WW: 29.54 Por; Potas: 3300.68 mg; Wapń: 246.22 mg; Fosfor: 754.47 mg; Żelazo: 10.16 mg; Magnez: 203.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z cieciorą wp 250g (<i>GLU</i>), Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1912.64 kcal; Białko ogółem: 49.51 g; Tłuszcz ogółem: 43.06 g; Węglowodany ogółem: 289.40 g; Kw. tł. nasycone: 19.37 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1366.36 mg; Błonnik: 32.92 g; W tym cukry: 55.35 g; WW: 28.89 Por; Potas: 2089.95 mg; Wapń: 594.95 mg; Fosfor: 807.11 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 203.57 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.75 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1143.02 mg; Błonnik: 28.14 g; W tym cukry: 52.68 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3483.81 mg; Wapń: 550.47 mg; Fosfor: 941.20 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 221.86 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.12 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.12 g; Sód: 446.54 mg; Błonnik: 27.29 g; W tym cukry: 80.35 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4688.90 mg; Wapń: 194.24 mg; Fosfor: 1394.22 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 299.98 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.75 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1143.02 mg; Błonnik: 28.14 g; W tym cukry: 52.68 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3483.81 mg; Wapń: 550.47 mg; Fosfor: 941.20 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 221.86 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2097.20 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 2150.58 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz ogółem: 47.41 g; Węglowodany ogółem: 312.44 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1404.65 mg; Błonnik: 41.88 g; W tym cukry: 55.22 g; WW: 31.51 Por; Potas: 3982.84 mg; Wapń: 584.87 mg; Fosfor: 1232.04 mg; Żelazo: 13.13 mg; Magnez: 336.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1914.36 kcal; Białko ogółem: 51.82 g; Tłuszcz ogółem: 78.05 g; Węglowodany ogółem: 258.94 g; Kw. tł. nasycone: 13.38 g; Sól: 1.60 g; Sód: 228.54 mg; Błonnik: 30.37 g; W tym cukry: 38.37 g; WW: 26.12 Por; Potas: 2984.07 mg; Wapń: 206.25 mg; Fosfor: 547.80 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 154.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp 250g (<i>GLU</i>), Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2130.78 kcal; Białko ogółem: 63.45 g; Tłuszcz ogółem: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 338.34 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1395.68 mg; Błonnik: 39.95 g; W tym cukry: 86.24 g; WW: 33.79 Por; Potas: 2876.39 mg; Wapń: 652.76 mg; Fosfor: 946.08 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 261.06 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp 250g (<i>GLU</i>), Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1924.58 kcal; Białko ogółem: 66.69 g; Tłuszcz ogółem: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 300.99 g; Kw. tł. nasycone: 9.56 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1438.48 mg; Błonnik: 42.15 g; W tym cukry: 65.18 g; WW: 30.09 Por; Potas: 2942.99 mg; Wapń: 657.56 mg; Fosfor: 1030.08 mg; Żelazo: 10.96 mg; Magnez: 294.06 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Rukola 20g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2238.95 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz ogółem: 44.37 g; Węglowodany ogółem: 345.79 g; Kw. tł. nasycone: 13.05 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1122.69 mg; Błonnik: 25.26 g; W tym cukry: 75.67 g; WW: 34.90 Por; Potas: 2967.10 mg; Wapń: 515.64 mg; Fosfor: 899.82 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 202.65 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2097.20 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.90 kcal; Białko ogółem: 53.65 g; Tłuszcz ogółem: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 271.99 g; Kw. tł. nasycone: 10.59 g; Sól: 0.86 g; Sód: 279.65 mg; Błonnik: 28.82 g; W tym cukry: 37.43 g; WW: 27.39 Por; Potas: 2905.64 mg; Wapń: 220.97 mg; Fosfor: 581.84 mg; Żelazo: 7.20 mg; Magnez: 156.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.97 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.91 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 103.01 g; WW: 32.39 Por; Potas: 4097.05 mg; Wapń: 692.26 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2134.40 kcal; Białko ogółem: 77.61 g; Tłuszcz ogółem: 44.83 g; Węglowodany ogółem: 315.44 g; Kw. tł. nasycone: 13.13 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2466.80 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz ogółem: 72.29 g; Węglowodany ogółem: 310.88 g; Kw. tł. nasycone: 29.34 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1420.75 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 56.54 g; WW: 31.34 Por; Potas: 3618.74 mg; Wapń: 672.97 mg; Fosfor: 1244.64 mg; Żelazo: 9.87 mg; Magnez: 234.41 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 50g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 50g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1750.23 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz ogółem: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 253.38 g; Kw. tł. nasycone: 9.77 g; Sól: 2.61 g; Sód: 982.39 mg; Błonnik: 17.86 g; W tym cukry: 25.03 g; WW: 25.54 Por; Potas: 2490.70 mg; Wapń: 187.83 mg; Fosfor: 644.32 mg; Żelazo: 7.72 mg; Magnez: 161.59 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1752.86 kcal; Białko ogółem: 51.37 g; Tłuszcz ogółem: 43.00 g; Węglowodany ogółem: 246.46 g; Kw. tł. nasycone: 8.53 g; Sól: 0.72 g; Sód: 225.19 mg; Błonnik: 27.94 g; W tym cukry: 37.35 g; WW: 24.81 Por; Potas: 2846.63 mg; Wapń: 215.49 mg; Fosfor: 545.38 mg; Żelazo: 6.76 mg; Magnez: 149.09 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 30g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2072.70 kcal; Białko ogółem: 71.98 g; Tłuszcz ogółem: 74.34 g; Węglowodany ogółem: 292.48 g; Kw. tł. nasycone: 13.31 g; Sól: 3.91 g; Sód: 1154.69 mg; Błonnik: 26.87 g; W tym cukry: 41.21 g; WW: 29.54 Por; Potas: 3300.68 mg; Wapń: 246.22 mg; Fosfor: 754.47 mg; Żelazo: 10.16 mg; Magnez: 203.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z cieciorą wp 250g (<i>GLU</i>), Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1912.64 kcal; Białko ogółem: 49.51 g; Tłuszcz ogółem: 43.06 g; Węglowodany ogółem: 289.40 g; Kw. tł. nasycone: 19.37 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1366.36 mg; Błonnik: 32.92 g; W tym cukry: 55.35 g; WW: 28.89 Por; Potas: 2089.95 mg; Wapń: 594.95 mg; Fosfor: 807.11 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 203.57 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.75 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1143.02 mg; Błonnik: 28.14 g; W tym cukry: 52.68 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3483.81 mg; Wapń: 550.47 mg; Fosfor: 941.20 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 221.86 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.12 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.12 g; Sód: 446.54 mg; Błonnik: 27.29 g; W tym cukry: 80.35 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4688.90 mg; Wapń: 194.24 mg; Fosfor: 1394.22 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 299.98 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.75 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1143.02 mg; Błonnik: 28.14 g; W tym cukry: 52.68 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3483.81 mg; Wapń: 550.47 mg; Fosfor: 941.20 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 221.86 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2097.20 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2150.58 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz ogółem: 47.41 g; Węglowodany ogółem: 312.44 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1404.65 mg; Błonnik: 41.88 g; W tym cukry: 55.22 g; WW: 31.51 Por; Potas: 3982.84 mg; Wapń: 584.87 mg; Fosfor: 1232.04 mg; Żelazo: 13.13 mg; Magnez: 336.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1914.36 kcal; Białko ogółem: 51.82 g; Tłuszcz ogółem: 78.05 g; Węglowodany ogółem: 258.94 g; Kw. tł. nasycone: 13.38 g; Sól: 1.60 g; Sód: 228.54 mg; Błonnik: 30.37 g; W tym cukry: 38.37 g; WW: 26.12 Por; Potas: 2984.07 mg; Wapń: 206.25 mg; Fosfor: 547.80 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 154.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp 250g (<i>GLU</i>), Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2130.78 kcal; Białko ogółem: 63.45 g; Tłuszcz ogółem: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 338.34 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1395.68 mg; Błonnik: 39.95 g; W tym cukry: 86.24 g; WW: 33.79 Por; Potas: 2876.39 mg; Wapń: 652.76 mg; Fosfor: 946.08 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 261.06 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp 250g (<i>GLU</i>), Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1924.58 kcal; Białko ogółem: 66.69 g; Tłuszcz ogółem: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 300.99 g; Kw. tł. nasycone: 9.56 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1438.48 mg; Błonnik: 42.15 g; W tym cukry: 65.18 g; WW: 30.09 Por; Potas: 2942.99 mg; Wapń: 657.56 mg; Fosfor: 1030.08 mg; Żelazo: 10.96 mg; Magnez: 294.06 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Rukola 20g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2238.95 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz ogółem: 44.37 g; Węglowodany ogółem: 345.79 g; Kw. tł. nasycone: 13.05 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1122.69 mg; Błonnik: 25.26 g; W tym cukry: 75.67 g; WW: 34.90 Por; Potas: 2967.10 mg; Wapń: 515.64 mg; Fosfor: 899.82 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 202.65 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2097.20 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.90 kcal; Białko ogółem: 53.65 g; Tłuszcz ogółem: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 271.99 g; Kw. tł. nasycone: 10.59 g; Sól: 0.86 g; Sód: 279.65 mg; Błonnik: 28.82 g; W tym cukry: 37.43 g; WW: 27.39 Por; Potas: 2905.64 mg; Wapń: 220.97 mg; Fosfor: 581.84 mg; Żelazo: 7.20 mg; Magnez: 156.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.97 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.91 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 103.01 g; WW: 32.39 Por; Potas: 4097.05 mg; Wapń: 692.26 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2134.40 kcal; Białko ogółem: 77.61 g; Tłuszcz ogółem: 44.83 g; Węglowodany ogółem: 315.44 g; Kw. tł. nasycone: 13.13 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2466.80 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz ogółem: 72.29 g; Węglowodany ogółem: 310.88 g; Kw. tł. nasycone: 29.34 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1420.75 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 56.54 g; WW: 31.34 Por; Potas: 3618.74 mg; Wapń: 672.97 mg; Fosfor: 1244.64 mg; Żelazo: 9.87 mg; Magnez: 234.41 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 50g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 50g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1750.23 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz ogółem: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 253.38 g; Kw. tł. nasycone: 9.77 g; Sól: 2.61 g; Sód: 982.39 mg; Błonnik: 17.86 g; W tym cukry: 25.03 g; WW: 25.54 Por; Potas: 2490.70 mg; Wapń: 187.83 mg; Fosfor: 644.32 mg; Żelazo: 7.72 mg; Magnez: 161.59 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1752.86 kcal; Białko ogółem: 51.37 g; Tłuszcz ogółem: 43.00 g; Węglowodany ogółem: 246.46 g; Kw. tł. nasycone: 8.53 g; Sól: 0.72 g; Sód: 225.19 mg; Błonnik: 27.94 g; W tym cukry: 37.35 g; WW: 24.81 Por; Potas: 2846.63 mg; Wapń: 215.49 mg; Fosfor: 545.38 mg; Żelazo: 6.76 mg; Magnez: 149.09 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 30g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2072.70 kcal; Białko ogółem: 71.98 g; Tłuszcz ogółem: 74.34 g; Węglowodany ogółem: 292.48 g; Kw. tł. nasycone: 13.31 g; Sól: 3.91 g; Sód: 1154.69 mg; Błonnik: 26.87 g; W tym cukry: 41.21 g; WW: 29.54 Por; Potas: 3300.68 mg; Wapń: 246.22 mg; Fosfor: 754.47 mg; Żelazo: 10.16 mg; Magnez: 203.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z cieciorą wp 250g (<i>GLU</i>), Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1912.64 kcal; Białko ogółem: 49.51 g; Tłuszcz ogółem: 43.06 g; Węglowodany ogółem: 289.40 g; Kw. tł. nasycone: 19.37 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1366.36 mg; Błonnik: 32.92 g; W tym cukry: 55.35 g; WW: 28.89 Por; Potas: 2089.95 mg; Wapń: 594.95 mg; Fosfor: 807.11 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 203.57 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.75 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1143.02 mg; Błonnik: 28.14 g; W tym cukry: 52.68 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3483.81 mg; Wapń: 550.47 mg; Fosfor: 941.20 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 221.86 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.12 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.12 g; Sód: 446.54 mg; Błonnik: 27.29 g; W tym cukry: 80.35 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4688.90 mg; Wapń: 194.24 mg; Fosfor: 1394.22 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 299.98 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.75 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1143.02 mg; Błonnik: 28.14 g; W tym cukry: 52.68 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3483.81 mg; Wapń: 550.47 mg; Fosfor: 941.20 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 221.86 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2097.20 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 2150.58 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz ogółem: 47.41 g; Węglowodany ogółem: 312.44 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1404.65 mg; Błonnik: 41.88 g; W tym cukry: 55.22 g; WW: 31.51 Por; Potas: 3982.84 mg; Wapń: 584.87 mg; Fosfor: 1232.04 mg; Żelazo: 13.13 mg; Magnez: 336.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1914.36 kcal; Białko ogółem: 51.82 g; Tłuszcz ogółem: 78.05 g; Węglowodany ogółem: 258.94 g; Kw. tł. nasycone: 13.38 g; Sól: 1.60 g; Sód: 228.54 mg; Błonnik: 30.37 g; W tym cukry: 38.37 g; WW: 26.12 Por; Potas: 2984.07 mg; Wapń: 206.25 mg; Fosfor: 547.80 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 154.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp 250g (<i>GLU</i>), Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2130.78 kcal; Białko ogółem: 63.45 g; Tłuszcz ogółem: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 338.34 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1395.68 mg; Błonnik: 39.95 g; W tym cukry: 86.24 g; WW: 33.79 Por; Potas: 2876.39 mg; Wapń: 652.76 mg; Fosfor: 946.08 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 261.06 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp 250g (<i>GLU</i>), Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1924.58 kcal; Białko ogółem: 66.69 g; Tłuszcz ogółem: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 300.99 g; Kw. tł. nasycone: 9.56 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1438.48 mg; Błonnik: 42.15 g; W tym cukry: 65.18 g; WW: 30.09 Por; Potas: 2942.99 mg; Wapń: 657.56 mg; Fosfor: 1030.08 mg; Żelazo: 10.96 mg; Magnez: 294.06 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Rukola 20g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2238.95 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz ogółem: 44.37 g; Węglowodany ogółem: 345.79 g; Kw. tł. nasycone: 13.05 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1122.69 mg; Błonnik: 25.26 g; W tym cukry: 75.67 g; WW: 34.90 Por; Potas: 2967.10 mg; Wapń: 515.64 mg; Fosfor: 899.82 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 202.65 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2097.20 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.90 kcal; Białko ogółem: 53.65 g; Tłuszcz ogółem: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 271.99 g; Kw. tł. nasycone: 10.59 g; Sól: 0.86 g; Sód: 279.65 mg; Błonnik: 28.82 g; W tym cukry: 37.43 g; WW: 27.39 Por; Potas: 2905.64 mg; Wapń: 220.97 mg; Fosfor: 581.84 mg; Żelazo: 7.20 mg; Magnez: 156.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.97 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.91 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 103.01 g; WW: 32.39 Por; Potas: 4097.05 mg; Wapń: 692.26 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2134.40 kcal; Białko ogółem: 77.61 g; Tłuszcz ogółem: 44.83 g; Węglowodany ogółem: 315.44 g; Kw. tł. nasycone: 13.13 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2466.80 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz ogółem: 72.29 g; Węglowodany ogółem: 310.88 g; Kw. tł. nasycone: 29.34 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1420.75 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 56.54 g; WW: 31.34 Por; Potas: 3618.74 mg; Wapń: 672.97 mg; Fosfor: 1244.64 mg; Żelazo: 9.87 mg; Magnez: 234.41 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 50g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1750.23 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz ogółem: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 253.38 g; Kw. tł. nasycone: 9.77 g; Sól: 2.61 g; Sód: 982.39 mg; Błonnik: 17.86 g; W tym cukry: 25.03 g; WW: 25.54 Por; Potas: 2490.70 mg; Wapń: 187.83 mg; Fosfor: 644.32 mg; Żelazo: 7.72 mg; Magnez: 161.59 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1752.86 kcal; Białko ogółem: 51.37 g; Tłuszcz ogółem: 43.00 g; Węglowodany ogółem: 246.46 g; Kw. tł. nasycone: 8.53 g; Sól: 0.72 g; Sód: 225.19 mg; Błonnik: 27.94 g; W tym cukry: 37.35 g; WW: 24.81 Por; Potas: 2846.63 mg; Wapń: 215.49 mg; Fosfor: 545.38 mg; Żelazo: 6.76 mg; Magnez: 149.09 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 30g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2072.70 kcal; Białko ogółem: 71.98 g; Tłuszcz ogółem: 74.34 g; Węglowodany ogółem: 292.48 g; Kw. tł. nasycone: 13.31 g; Sól: 3.91 g; Sód: 1154.69 mg; Błonnik: 26.87 g; W tym cukry: 41.21 g; WW: 29.54 Por; Potas: 3300.68 mg; Wapń: 246.22 mg; Fosfor: 754.47 mg; Żelazo: 10.16 mg; Magnez: 203.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,			Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z cieciorą wp 250g (<i>GLU</i>), Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1912.64 kcal; Białko ogółem: 49.51 g; Tłuszcz ogółem: 43.06 g; Węglowodany ogółem: 289.40 g; Kw. tł. nasycone: 19.37 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1366.36 mg; Błonnik: 32.92 g; W tym cukry: 55.35 g; WW: 28.89 Por; Potas: 2089.95 mg; Wapń: 594.95 mg; Fosfor: 807.11 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 203.57 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa dyniowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.75 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1143.02 mg; Błonnik: 28.14 g; W tym cukry: 52.68 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3483.81 mg; Wapń: 550.47 mg; Fosfor: 941.20 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 221.86 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,			Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,
			Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.12 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.12 g; Sód: 446.54 mg; Błonnik: 27.29 g; W tym cukry: 80.35 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4688.90 mg; Wapń: 194.24 mg; Fosfor: 1394.22 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 299.98 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa dyniowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.75 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1143.02 mg; Błonnik: 28.14 g; W tym cukry: 52.68 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3483.81 mg; Wapń: 550.47 mg; Fosfor: 941.20 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 221.86 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2097.20 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, SO2</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2150.58 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz ogółem: 47.41 g; Węglowodany ogółem: 312.44 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1404.65 mg; Błonnik: 41.88 g; W tym cukry: 55.22 g; WW: 31.51 Por; Potas: 3982.84 mg; Wapń: 584.87 mg; Fosfor: 1232.04 mg; Żelazo: 13.13 mg; Magnez: 336.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1914.36 kcal; Białko ogółem: 51.82 g; Tłuszcz ogółem: 78.05 g; Węglowodany ogółem: 258.94 g; Kw. tł. nasycone: 13.38 g; Sól: 1.60 g; Sód: 228.54 mg; Błonnik: 30.37 g; W tym cukry: 38.37 g; WW: 26.12 Por; Potas: 2984.07 mg; Wapń: 206.25 mg; Fosfor: 547.80 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 154.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp 250g (<i>GLU</i>), Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2130.78 kcal; Białko ogółem: 63.45 g; Tłuszcz ogółem: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 338.34 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1395.68 mg; Błonnik: 39.95 g; W tym cukry: 86.24 g; WW: 33.79 Por; Potas: 2876.39 mg; Wapń: 652.76 mg; Fosfor: 946.08 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 261.06 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp 250g (<i>GLU</i>), Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1924.58 kcal; Białko ogółem: 66.69 g; Tłuszcz ogółem: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 300.99 g; Kw. tł. nasycone: 9.56 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1438.48 mg; Błonnik: 42.15 g; W tym cukry: 65.18 g; WW: 30.09 Por; Potas: 2942.99 mg; Wapń: 657.56 mg; Fosfor: 1030.08 mg; Żelazo: 10.96 mg; Magnez: 294.06 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Rukola 20g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2238.95 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz ogółem: 44.37 g; Węglowodany ogółem: 345.79 g; Kw. tł. nasycone: 13.05 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1122.69 mg; Błonnik: 25.26 g; W tym cukry: 75.67 g; WW: 34.90 Por; Potas: 2967.10 mg; Wapń: 515.64 mg; Fosfor: 899.82 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 202.65 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2097.20 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.90 kcal; Białko ogółem: 53.65 g; Tłuszcz ogółem: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 271.99 g; Kw. tł. nasycone: 10.59 g; Sól: 0.86 g; Sód: 279.65 mg; Błonnik: 28.82 g; W tym cukry: 37.43 g; WW: 27.39 Por; Potas: 2905.64 mg; Wapń: 220.97 mg; Fosfor: 581.84 mg; Żelazo: 7.20 mg; Magnez: 156.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.97 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.91 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 103.01 g; WW: 32.39 Por; Potas: 4097.05 mg; Wapń: 692.26 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2134.40 kcal; Białko ogółem: 77.61 g; Tłuszcz ogółem: 44.83 g; Węglowodany ogółem: 315.44 g; Kw. tł. nasycone: 13.13 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2466.80 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz ogółem: 72.29 g; Węglowodany ogółem: 310.88 g; Kw. tł. nasycone: 29.34 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1420.75 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 56.54 g; WW: 31.34 Por; Potas: 3618.74 mg; Wapń: 672.97 mg; Fosfor: 1244.64 mg; Żelazo: 9.87 mg; Magnez: 234.41 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 50g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 50g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1750.23 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz ogółem: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 253.38 g; Kw. tł. nasycone: 9.77 g; Sól: 2.61 g; Sód: 982.39 mg; Błonnik: 17.86 g; W tym cukry: 25.03 g; WW: 25.54 Por; Potas: 2490.70 mg; Wapń: 187.83 mg; Fosfor: 644.32 mg; Żelazo: 7.72 mg; Magnez: 161.59 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1752.86 kcal; Białko ogółem: 51.37 g; Tłuszcz ogółem: 43.00 g; Węglowodany ogółem: 246.46 g; Kw. tł. nasycone: 8.53 g; Sól: 0.72 g; Sód: 225.19 mg; Błonnik: 27.94 g; W tym cukry: 37.35 g; WW: 24.81 Por; Potas: 2846.63 mg; Wapń: 215.49 mg; Fosfor: 545.38 mg; Żelazo: 6.76 mg; Magnez: 149.09 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 30g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2072.70 kcal; Białko ogółem: 71.98 g; Tłuszcz ogółem: 74.34 g; Węglowodany ogółem: 292.48 g; Kw. tł. nasycone: 13.31 g; Sól: 3.91 g; Sód: 1154.69 mg; Błonnik: 26.87 g; W tym cukry: 41.21 g; WW: 29.54 Por; Potas: 3300.68 mg; Wapń: 246.22 mg; Fosfor: 754.47 mg; Żelazo: 10.16 mg; Magnez: 203.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Ogórek świeży 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (MLE , SEL), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z cieciorą wp 250g (GLU), Sałata z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1912.64 kcal; Białko ogółem: 49.51 g; Tłuszcz ogółem: 43.06 g; Węglowodany ogółem: 289.40 g; Kw. tł. nasycone: 19.37 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1366.36 mg; Błonnik: 32.92 g; W tym cukry: 55.35 g; WW: 28.89 Por; Potas: 2089.95 mg; Wapń: 594.95 mg; Fosfor: 807.11 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 203.57 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/soli 300ml (MLE , SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (GLU , JAJ), Ziemniaki b/soli 200g , Sałata z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL , S02), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (GLU),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ , MLE , SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.75 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1143.02 mg; Błonnik: 28.14 g; W tym cukry: 52.68 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3483.81 mg; Wapń: 550.47 mg; Fosfor: 941.20 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 221.86 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU , SEL), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU , SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU , SEL), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.12 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.12 g; Sód: 446.54 mg; Błonnik: 27.29 g; W tym cukry: 80.35 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4688.90 mg; Wapń: 194.24 mg; Fosfor: 1394.22 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 299.98 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/soli 300ml (MLE , SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (GLU , JAJ), Ziemniaki b/soli 200g , Sałata z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL , S02), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (GLU),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ , MLE , SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.75 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1143.02 mg; Błonnik: 28.14 g; W tym cukry: 52.68 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3483.81 mg; Wapń: 550.47 mg; Fosfor: 941.20 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 221.86 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (MLE , SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL , S02), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (GLU),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ , MLE , SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2097.20 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (MLE , SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU , JAJ), Sos koperkowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL , S02), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ , MLE , SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Poledwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2150.58 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz ogółem: 47.41 g; Węglowodany ogółem: 312.44 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1404.65 mg; Błonnik: 41.88 g; W tym cukry: 55.22 g; WW: 31.51 Por; Potas: 3982.84 mg; Wapń: 584.87 mg; Fosfor: 1232.04 mg; Żelazo: 13.13 mg; Magnez: 336.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1914.36 kcal; Białko ogółem: 51.82 g; Tłuszcz ogółem: 78.05 g; Węglowodany ogółem: 258.94 g; Kw. tł. nasycone: 13.38 g; Sól: 1.60 g; Sód: 228.54 mg; Błonnik: 30.37 g; W tym cukry: 38.37 g; WW: 26.12 Por; Potas: 2984.07 mg; Wapń: 206.25 mg; Fosfor: 547.80 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 154.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp 250g (<i>GLU</i>), Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2130.78 kcal; Białko ogółem: 63.45 g; Tłuszcz ogółem: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 338.34 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1395.68 mg; Błonnik: 39.95 g; W tym cukry: 86.24 g; WW: 33.79 Por; Potas: 2876.39 mg; Wapń: 652.76 mg; Fosfor: 946.08 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 261.06 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp 250g (<i>GLU</i>), Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1924.58 kcal; Białko ogółem: 66.69 g; Tłuszcz ogółem: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 300.99 g; Kw. tł. nasycone: 9.56 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1438.48 mg; Błonnik: 42.15 g; W tym cukry: 65.18 g; WW: 30.09 Por; Potas: 2942.99 mg; Wapń: 657.56 mg; Fosfor: 1030.08 mg; Żelazo: 10.96 mg; Magnez: 294.06 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Rukola 20g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2238.95 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz ogółem: 44.37 g; Węglowodany ogółem: 345.79 g; Kw. tł. nasycone: 13.05 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1122.69 mg; Błonnik: 25.26 g; W tym cukry: 75.67 g; WW: 34.90 Por; Potas: 2967.10 mg; Wapń: 515.64 mg; Fosfor: 899.82 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 202.65 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2097.20 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.90 kcal; Białko ogółem: 53.65 g; Tłuszcz ogółem: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 271.99 g; Kw. tł. nasycone: 10.59 g; Sól: 0.86 g; Sód: 279.65 mg; Błonnik: 28.82 g; W tym cukry: 37.43 g; WW: 27.39 Por; Potas: 2905.64 mg; Wapń: 220.97 mg; Fosfor: 581.84 mg; Żelazo: 7.20 mg; Magnez: 156.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.97 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.91 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 103.01 g; WW: 32.39 Por; Potas: 4097.05 mg; Wapń: 692.26 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2134.40 kcal; Białko ogółem: 77.61 g; Tłuszcz ogółem: 44.83 g; Węglowodany ogółem: 315.44 g; Kw. tł. nasycone: 13.13 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2466.80 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz ogółem: 72.29 g; Węglowodany ogółem: 310.88 g; Kw. tł. nasycone: 29.34 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1420.75 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 56.54 g; WW: 31.34 Por; Potas: 3618.74 mg; Wapń: 672.97 mg; Fosfor: 1244.64 mg; Żelazo: 9.87 mg; Magnez: 234.41 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 50g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 50g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1750.23 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz ogółem: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 253.38 g; Kw. tł. nasycone: 9.77 g; Sól: 2.61 g; Sód: 982.39 mg; Błonnik: 17.86 g; W tym cukry: 25.03 g; WW: 25.54 Por; Potas: 2490.70 mg; Wapń: 187.83 mg; Fosfor: 644.32 mg; Żelazo: 7.72 mg; Magnez: 161.59 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1752.86 kcal; Białko ogółem: 51.37 g; Tłuszcz ogółem: 43.00 g; Węglowodany ogółem: 246.46 g; Kw. tł. nasycone: 8.53 g; Sól: 0.72 g; Sód: 225.19 mg; Błonnik: 27.94 g; W tym cukry: 37.35 g; WW: 24.81 Por; Potas: 2846.63 mg; Wapń: 215.49 mg; Fosfor: 545.38 mg; Żelazo: 6.76 mg; Magnez: 149.09 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 30g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2072.70 kcal; Białko ogółem: 71.98 g; Tłuszcz ogółem: 74.34 g; Węglowodany ogółem: 292.48 g; Kw. tł. nasycone: 13.31 g; Sól: 3.91 g; Sód: 1154.69 mg; Błonnik: 26.87 g; W tym cukry: 41.21 g; WW: 29.54 Por; Potas: 3300.68 mg; Wapń: 246.22 mg; Fosfor: 754.47 mg; Żelazo: 10.16 mg; Magnez: 203.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,			Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z cieciorą wp 250g (<i>GLU</i>), Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1912.64 kcal; Białko ogółem: 49.51 g; Tłuszcz ogółem: 43.06 g; Węglowodany ogółem: 289.40 g; Kw. tł. nasycone: 19.37 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1366.36 mg; Błonnik: 32.92 g; W tym cukry: 55.35 g; WW: 28.89 Por; Potas: 2089.95 mg; Wapń: 594.95 mg; Fosfor: 807.11 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 203.57 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa dyniowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.75 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1143.02 mg; Błonnik: 28.14 g; W tym cukry: 52.68 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3483.81 mg; Wapń: 550.47 mg; Fosfor: 941.20 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 221.86 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,			Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.12 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.12 g; Sód: 446.54 mg; Błonnik: 27.29 g; W tym cukry: 80.35 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4688.90 mg; Wapń: 194.24 mg; Fosfor: 1394.22 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 299.98 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa dyniowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2129.75 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1143.02 mg; Błonnik: 28.14 g; W tym cukry: 52.68 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3483.81 mg; Wapń: 550.47 mg; Fosfor: 941.20 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 221.86 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2097.20 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz ogółem: 44.42 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1139.15 mg; Błonnik: 27.62 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 31.82 Por; Potas: 3466.14 mg; Wapń: 545.97 mg; Fosfor: 943.84 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 220.61 mg;

środa 2025-02-12			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2150.58 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz ogółem: 47.41 g; Węglowodany ogółem: 312.44 g; Kw. tł. nasycone: 12.03 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1404.65 mg; Błonnik: 41.88 g; W tym cukry: 55.22 g; WW: 31.51 Por; Potas: 3982.84 mg; Wapń: 584.87 mg; Fosfor: 1232.04 mg; Żelazo: 13.13 mg; Magnez: 336.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-12		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1914.36 kcal; Białko ogółem: 51.82 g; Tłuszcz ogółem: 78.05 g; Węglowodany ogółem: 258.94 g; Kw. tł. nasycone: 13.38 g; Sól: 1.60 g; Sód: 228.54 mg; Błonnik: 30.37 g; W tym cukry: 38.37 g; WW: 26.12 Por; Potas: 2984.07 mg; Wapń: 206.25 mg; Fosfor: 547.80 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 154.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-12 Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny		
	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp 250g (<i>GLU</i>), Sałata z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 652.03 kcal; Białko ogółem: 22.50 g; Tłuszcz ogółem: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 101.99 g; Kw. tł. nasycone: 3.62 g; Sól: 0.45 g; Sód: 181.08 mg; Błonnik: 9.36 g; W tym cukry: 19.09 g; WW: 10.18 Por; Potas: 812.02 mg; Wapń: 149.74 mg; Fosfor: 234.75 mg; Żelazo: 2.58 mg; Magnez: 48.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykorja 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2515.21 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz ogółem: 70.31 g; Węglowodany ogółem: 340.37 g; Kw. tł. nasycone: 18.29 g; Sól: 6.24 g; Sód: 2356.68 mg; Błonnik: 35.62 g; W tym cukry: 70.50 g; WW: 34.06 Por; Potas: 3109.69 mg; Wapń: 790.37 mg; Fosfor: 1376.16 mg; Żelazo: 10.97 mg; Magnez: 369.07 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykorja 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2205.27 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 70.14 g; Węglowodany ogółem: 278.26 g; Kw. tł. nasycone: 15.93 g; Sól: 7.01 g; Sód: 2377.08 mg; Błonnik: 38.67 g; W tym cukry: 52.24 g; WW: 27.88 Por; Potas: 3027.99 mg; Wapń: 776.77 mg; Fosfor: 1390.16 mg; Żelazo: 11.02 mg; Magnez: 383.07 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.72 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 335.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.55 g; Sól: 3.16 g; Sód: 1128.21 mg; Błonnik: 20.28 g; W tym cukry: 48.86 g; WW: 33.72 Por; Potas: 2653.84 mg; Wapń: 544.45 mg; Fosfor: 945.60 mg; Żelazo: 8.20 mg; Magnez: 194.06 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2151.36 kcal; Białko ogółem: 57.22 g; Tłuszcz ogółem: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 305.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.98 g; Sól: 1.25 g; Sód: 362.05 mg; Błonnik: 23.00 g; W tym cukry: 43.60 g; WW: 30.67 Por; Potas: 2142.20 mg; Wapń: 505.27 mg; Fosfor: 776.18 mg; Żelazo: 5.49 mg; Magnez: 149.90 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.81 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz ogółem: 64.82 g; Węglowodany ogółem: 267.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.39 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.96 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-13Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 100g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2490.91 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz ogółem: 66.92 g; Węglowodany ogółem: 324.41 g; Kw. tł. nasycone: 16.26 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1246.17 mg; Błonnik: 19.90 g; W tym cukry: 54.23 g; WW: 32.64 Por; Potas: 2796.19 mg; Wapń: 743.45 mg; Fosfor: 1331.39 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 221.67 mg;

czwartek 2025-02-13Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.36 kcal; Białko ogółem: 58.42 g; Tłuszcz ogółem: 48.04 g; Węglowodany ogółem: 260.18 g; Kw. tł. nasycone: 7.67 g; Sól: 2.84 g; Sód: 999.05 mg; Błonnik: 17.90 g; W tym cukry: 33.60 g; WW: 26.17 Por; Potas: 1927.20 mg; Wapń: 223.27 mg; Fosfor: 645.68 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 141.90 mg;

czwartek 2025-02-13Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1984.71 kcal; Białko ogółem: 52.72 g; Tłuszcz ogółem: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 268.36 g; Kw. tł. nasycone: 11.13 g; Sól: 1.23 g; Sód: 353.55 mg; Błonnik: 22.46 g; W tym cukry: 43.45 g; WW: 26.96 Por; Potas: 2055.70 mg; Wapń: 493.27 mg; Fosfor: 712.68 mg; Żelazo: 4.79 mg; Magnez: 135.90 mg;

czwartek 2025-02-13Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.20 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 270.05 g; Kw. tł. nasycone: 12.29 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1154.29 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 33.64 g; WW: 27.17 Por; Potas: 2251.63 mg; Wapń: 206.72 mg; Fosfor: 790.07 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 179.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i tofu 300g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2161.78 kcal; Białko ogółem: 65.06 g; Tłuszcz ogółem: 56.96 g; Węglowodany ogółem: 305.83 g; Kw. tł. nasycone: 13.21 g; Sól: 4.97 g; Sód: 1850.25 mg; Błonnik: 30.65 g; W tym cukry: 45.07 g; WW: 30.62 Por; Potas: 2469.49 mg; Wapń: 507.43 mg; Fosfor: 973.91 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 309.38 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.14 g; Sód: 1119.06 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.89 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.57 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 71.57 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.14 g; Sód: 1119.06 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.89 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2184.49 kcal; Białko ogółem: 71.70 g; Tłuszcz ogółem: 53.72 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g; Kw. tł. nasycone: 12.50 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 31.37 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g , Herbata b/c 250ml ,			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>),
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.37 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz ogółem: 67.32 g; Węglowodany ogółem: 283.30 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1486.91 mg; Błonnik: 37.96 g; W tym cukry: 53.75 g; WW: 28.48 Por; Potas: 2934.28 mg; Wapń: 585.09 mg; Fosfor: 1246.12 mg; Żelazo: 10.77 mg; Magnez: 338.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.20 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 270.05 g; Kw. tł.
nasycone: 12.29 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1154.29 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 33.64 g; WW: 27.17 Por; Potas: 2251.63 mg; Wapń: 206.72
mg; Fosfor: 790.07 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 179.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2515.21 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz ogółem: 70.31 g; Węglowodany ogółem: 340.37 g; Kw. tł. nasycone: 18.29 g; Sól: 6.24 g; Sód: 2356.68 mg; Błonnik: 35.62 g; W tym cukry: 70.50 g; WW: 34.06 Por; Potas: 3109.69 mg; Wapń: 790.37 mg; Fosfor: 1376.16 mg; Żelazo: 10.97 mg; Magnez: 369.07 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2205.27 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 70.14 g; Węglowodany ogółem: 278.26 g; Kw. tł. nasycone: 15.93 g; Sól: 7.01 g; Sód: 2377.08 mg; Błonnik: 38.67 g; W tym cukry: 52.24 g; WW: 27.88 Por; Potas: 3027.99 mg; Wapń: 776.77 mg; Fosfor: 1390.16 mg; Żelazo: 11.02 mg; Magnez: 383.07 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.72 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 335.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.55 g; Sól: 3.16 g; Sód: 1128.21 mg; Błonnik: 20.28 g; W tym cukry: 48.86 g; WW: 33.72 Por; Potas: 2653.84 mg; Wapń: 544.45 mg; Fosfor: 945.60 mg; Żelazo: 8.20 mg; Magnez: 194.06 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2151.36 kcal; Białko ogółem: 57.22 g; Tłuszcz ogółem: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 305.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.98 g; Sól: 1.25 g; Sód: 362.05 mg; Błonnik: 23.00 g; W tym cukry: 43.60 g; WW: 30.67 Por; Potas: 2142.20 mg; Wapń: 505.27 mg; Fosfor: 776.18 mg; Żelazo: 5.49 mg; Magnez: 149.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyńiu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.81 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz ogółem: 64.82 g; Węglowodany ogółem: 267.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.39 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.96 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 100g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2490.91 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz ogółem: 66.92 g; Węglowodany ogółem: 324.41 g; Kw. tł. nasycone: 16.26 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1246.17 mg; Błonnik: 19.90 g; W tym cukry: 54.23 g; WW: 32.64 Por; Potas: 2796.19 mg; Wapń: 743.45 mg; Fosfor: 1331.39 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 221.67 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.36 kcal; Białko ogółem: 58.42 g; Tłuszcz ogółem: 48.04 g; Węglowodany ogółem: 260.18 g; Kw. tł. nasycone: 7.67 g; Sól: 2.84 g; Sód: 999.05 mg; Błonnik: 17.90 g; W tym cukry: 33.60 g; WW: 26.17 Por; Potas: 1927.20 mg; Wapń: 223.27 mg; Fosfor: 645.68 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 141.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1984.71 kcal; Białko ogółem: 52.72 g; Tłuszcz ogółem: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 268.36 g; Kw. tł. nasycone: 11.13 g; Sól: 1.23 g; Sód: 353.55 mg; Błonnik: 22.46 g; W tym cukry: 43.45 g; WW: 26.96 Por; Potas: 2055.70 mg; Wapń: 493.27 mg; Fosfor: 712.68 mg; Żelazo: 4.79 mg; Magnez: 135.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plasterkach na kanapki b/soli 40g , Dynia duszona 100g (GLU),	
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.20 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 270.05 g; Kw. tł. nasycone: 12.29 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1154.29 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 33.64 g; WW: 27.17 Por; Potas: 2251.63 mg; Wapń: 206.72 mg; Fosfor: 790.07 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 179.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i tofu 300g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2161.78 kcal; Białko ogółem: 65.06 g; Tłuszcz ogółem: 56.96 g; Węglowodany ogółem: 305.83 g; Kw. tł. nasycone: 13.21 g; Sól: 4.97 g; Sód: 1850.25 mg; Błonnik: 30.65 g; W tym cukry: 45.07 g; WW: 30.62 Por; Potas: 2469.49 mg; Wapń: 507.43 mg; Fosfor: 973.91 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 309.38 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.14 g; Sód: 1119.06 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.89 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.57 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 71.57 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.14 g; Sód: 1119.06 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.89 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2184.49 kcal; Białko ogółem: 71.70 g; Tłuszcz ogółem: 53.72 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g; Kw. tł. nasycone: 12.50 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 31.37 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.37 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz ogółem: 67.32 g; Węglowodany ogółem: 283.30 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1486.91 mg; Błonnik: 37.96 g; W tym cukry: 53.75 g; WW: 28.48 Por; Potas: 2934.28 mg; Wapń: 585.09 mg; Fosfor: 1246.12 mg; Żelazo: 10.77 mg; Magnez: 338.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.20 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 270.05 g; Kw. tł.
nasycone: 12.29 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1154.29 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 33.64 g; WW: 27.17 Por; Potas: 2251.63 mg; Wapń: 206.72
mg; Fosfor: 790.07 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 179.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMIT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2515.21 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz ogółem: 70.31 g; Węglowodany ogółem: 340.37 g; Kw. tł. nasycone: 18.29 g; Sól: 6.24 g; Sód: 2356.68 mg; Błonnik: 35.62 g; W tym cukry: 70.50 g; WW: 34.06 Por; Potas: 3109.69 mg; Wapń: 790.37 mg; Fosfor: 1376.16 mg; Żelazo: 10.97 mg; Magnez: 369.07 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2205.27 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 70.14 g; Węglowodany ogółem: 278.26 g; Kw. tł. nasycone: 15.93 g; Sól: 7.01 g; Sód: 2377.08 mg; Błonnik: 38.67 g; W tym cukry: 52.24 g; WW: 27.88 Por; Potas: 3027.99 mg; Wapń: 776.77 mg; Fosfor: 1390.16 mg; Żelazo: 11.02 mg; Magnez: 383.07 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.72 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 335.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.55 g; Sól: 3.16 g; Sód: 1128.21 mg; Błonnik: 20.28 g; W tym cukry: 48.86 g; WW: 33.72 Por; Potas: 2653.84 mg; Wapń: 544.45 mg; Fosfor: 945.60 mg; Żelazo: 8.20 mg; Magnez: 194.06 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2151.36 kcal; Białko ogółem: 57.22 g; Tłuszcz ogółem: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 305.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.98 g; Sól: 1.25 g; Sód: 362.05 mg; Błonnik: 23.00 g; W tym cukry: 43.60 g; WW: 30.67 Por; Potas: 2142.20 mg; Wapń: 505.27 mg; Fosfor: 776.18 mg; Żelazo: 5.49 mg; Magnez: 149.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyńiu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,			Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		
Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),					
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),			Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		
Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,					

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.81 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz ogółem: 64.82 g; Węglowodany ogółem: 267.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.39 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.96 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),		
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 100g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),		
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 2490.91 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz ogółem: 66.92 g; Węglowodany ogółem: 324.41 g; Kw. tł. nasycone: 16.26 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1246.17 mg; Błonnik: 19.90 g; W tym cukry: 54.23 g; WW: 32.64 Por; Potas: 2796.19 mg; Wapń: 743.45 mg; Fosfor: 1331.39 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 221.67 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),		
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.36 kcal; Białko ogółem: 58.42 g; Tłuszcz ogółem: 48.04 g; Węglowodany ogółem: 260.18 g; Kw. tł. nasycone: 7.67 g; Sól: 2.84 g; Sód: 999.05 mg; Błonnik: 17.90 g; W tym cukry: 33.60 g; WW: 26.17 Por; Potas: 1927.20 mg; Wapń: 223.27 mg; Fosfor: 645.68 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 141.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		
			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),		
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 1984.71 kcal; Białko ogółem: 52.72 g; Tłuszcz ogółem: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 268.36 g; Kw. tł. nasycone: 11.13 g; Sól: 1.23 g; Sód: 353.55 mg; Błonnik: 22.46 g; W tym cukry: 43.45 g; WW: 26.96 Por; Potas: 2055.70 mg; Wapń: 493.27 mg; Fosfor: 712.68 mg; Żelazo: 4.79 mg; Magnez: 135.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plasterkach na kanapki b/soli 40g , Dynia duszona 100g (GLU),		
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.20 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 270.05 g; Kw. tł. nasycone: 12.29 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1154.29 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 33.64 g; WW: 27.17 Por; Potas: 2251.63 mg; Wapń: 206.72 mg; Fosfor: 790.07 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 179.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i tofu 300g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2161.78 kcal; Białko ogółem: 65.06 g; Tłuszcz ogółem: 56.96 g; Węglowodany ogółem: 305.83 g; Kw. tł. nasycone: 13.21 g; Sól: 4.97 g; Sód: 1850.25 mg; Błonnik: 30.65 g; W tym cukry: 45.07 g; WW: 30.62 Por; Potas: 2469.49 mg; Wapń: 507.43 mg; Fosfor: 973.91 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 309.38 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.14 g; Sód: 1119.06 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.89 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.57 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 71.57 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.14 g; Sód: 1119.06 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.89 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2184.49 kcal; Białko ogółem: 71.70 g; Tłuszcz ogółem: 53.72 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g; Kw. tł. nasycone: 12.50 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 31.37 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>),
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.37 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz ogółem: 67.32 g; Węglowodany ogółem: 283.30 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1486.91 mg; Błonnik: 37.96 g; W tym cukry: 53.75 g; WW: 28.48 Por; Potas: 2934.28 mg; Wapń: 585.09 mg; Fosfor: 1246.12 mg; Żelazo: 10.77 mg; Magnez: 338.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.20 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 270.05 g; Kw. tł.
nasycone: 12.29 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1154.29 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 33.64 g; WW: 27.17 Por; Potas: 2251.63 mg; Wapń: 206.72
mg; Fosfor: 790.07 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 179.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2515.21 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz ogółem: 70.31 g; Węglowodany ogółem: 340.37 g; Kw. tł. nasycone: 18.29 g; Sól: 6.24 g; Sód: 2356.68 mg; Błonnik: 35.62 g; W tym cukry: 70.50 g; WW: 34.06 Por; Potas: 3109.69 mg; Wapń: 790.37 mg; Fosfor: 1376.16 mg; Żelazo: 10.97 mg; Magnez: 369.07 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2205.27 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 70.14 g; Węglowodany ogółem: 278.26 g; Kw. tł. nasycone: 15.93 g; Sól: 7.01 g; Sód: 2377.08 mg; Błonnik: 38.67 g; W tym cukry: 52.24 g; WW: 27.88 Por; Potas: 3027.99 mg; Wapń: 776.77 mg; Fosfor: 1390.16 mg; Żelazo: 11.02 mg; Magnez: 383.07 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.72 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 335.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.55 g; Sól: 3.16 g; Sód: 1128.21 mg; Błonnik: 20.28 g; W tym cukry: 48.86 g; WW: 33.72 Por; Potas: 2653.84 mg; Wapń: 544.45 mg; Fosfor: 945.60 mg; Żelazo: 8.20 mg; Magnez: 194.06 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2151.36 kcal; Białko ogółem: 57.22 g; Tłuszcz ogółem: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 305.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.98 g; Sól: 1.25 g; Sód: 362.05 mg; Błonnik: 23.00 g; W tym cukry: 43.60 g; WW: 30.67 Por; Potas: 2142.20 mg; Wapń: 505.27 mg; Fosfor: 776.18 mg; Żelazo: 5.49 mg; Magnez: 149.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyń) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyń) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.81 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz ogółem: 64.82 g; Węglowodany ogółem: 267.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.39 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.96 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 100g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2490.91 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz ogółem: 66.92 g; Węglowodany ogółem: 324.41 g; Kw. tł. nasycone: 16.26 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1246.17 mg; Błonnik: 19.90 g; W tym cukry: 54.23 g; WW: 32.64 Por; Potas: 2796.19 mg; Wapń: 743.45 mg; Fosfor: 1331.39 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 221.67 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.36 kcal; Białko ogółem: 58.42 g; Tłuszcz ogółem: 48.04 g; Węglowodany ogółem: 260.18 g; Kw. tł. nasycone: 7.67 g; Sól: 2.84 g; Sód: 999.05 mg; Błonnik: 17.90 g; W tym cukry: 33.60 g; WW: 26.17 Por; Potas: 1927.20 mg; Wapń: 223.27 mg; Fosfor: 645.68 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 141.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1984.71 kcal; Białko ogółem: 52.72 g; Tłuszcz ogółem: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 268.36 g; Kw. tł. nasycone: 11.13 g; Sól: 1.23 g; Sód: 353.55 mg; Błonnik: 22.46 g; W tym cukry: 43.45 g; WW: 26.96 Por; Potas: 2055.70 mg; Wapń: 493.27 mg; Fosfor: 712.68 mg; Żelazo: 4.79 mg; Magnez: 135.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plasterkach na kanapki b/soli 40g , Dynia duszona 100g (GLU),	
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.20 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 270.05 g; Kw. tł. nasycone: 12.29 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1154.29 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 33.64 g; WW: 27.17 Por; Potas: 2251.63 mg; Wapń: 206.72 mg; Fosfor: 790.07 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 179.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i tofu 300g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2161.78 kcal; Białko ogółem: 65.06 g; Tłuszcz ogółem: 56.96 g; Węglowodany ogółem: 305.83 g; Kw. tł. nasycone: 13.21 g; Sól: 4.97 g; Sód: 1850.25 mg; Błonnik: 30.65 g; W tym cukry: 45.07 g; WW: 30.62 Por; Potas: 2469.49 mg; Wapń: 507.43 mg; Fosfor: 973.91 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 309.38 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.14 g; Sód: 1119.06 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.89 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.57 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 71.57 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.14 g; Sód: 1119.06 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.89 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2184.49 kcal; Białko ogółem: 71.70 g; Tłuszcz ogółem: 53.72 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g; Kw. tł. nasycone: 12.50 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 31.37 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g , Herbata b/c 250ml ,			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>),
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.37 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz ogółem: 67.32 g; Węglowodany ogółem: 283.30 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1486.91 mg; Błonnik: 37.96 g; W tym cukry: 53.75 g; WW: 28.48 Por; Potas: 2934.28 mg; Wapń: 585.09 mg; Fosfor: 1246.12 mg; Żelazo: 10.77 mg; Magnez: 338.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.20 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 270.05 g; Kw. tł.
nasycone: 12.29 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1154.29 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 33.64 g; WW: 27.17 Por; Potas: 2251.63 mg; Wapń: 206.72
mg; Fosfor: 790.07 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 179.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2515.21 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz ogółem: 70.31 g; Węglowodany ogółem: 340.37 g; Kw. tł. nasycone: 18.29 g; Sól: 6.24 g; Sód: 2356.68 mg; Błonnik: 35.62 g; W tym cukry: 70.50 g; WW: 34.06 Por; Potas: 3109.69 mg; Wapń: 790.37 mg; Fosfor: 1376.16 mg; Żelazo: 10.97 mg; Magnez: 369.07 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2205.27 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 70.14 g; Węglowodany ogółem: 278.26 g; Kw. tł. nasycone: 15.93 g; Sól: 7.01 g; Sód: 2377.08 mg; Błonnik: 38.67 g; W tym cukry: 52.24 g; WW: 27.88 Por; Potas: 3027.99 mg; Wapń: 776.77 mg; Fosfor: 1390.16 mg; Żelazo: 11.02 mg; Magnez: 383.07 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.72 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 335.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.55 g; Sól: 3.16 g; Sód: 1128.21 mg; Błonnik: 20.28 g; W tym cukry: 48.86 g; WW: 33.72 Por; Potas: 2653.84 mg; Wapń: 544.45 mg; Fosfor: 945.60 mg; Żelazo: 8.20 mg; Magnez: 194.06 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2151.36 kcal; Białko ogółem: 57.22 g; Tłuszcz ogółem: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 305.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.98 g; Sól: 1.25 g; Sód: 362.05 mg; Błonnik: 23.00 g; W tym cukry: 43.60 g; WW: 30.67 Por; Potas: 2142.20 mg; Wapń: 505.27 mg; Fosfor: 776.18 mg; Żelazo: 5.49 mg; Magnez: 149.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyniu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.81 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz ogółem: 64.82 g; Węglowodany ogółem: 267.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.39 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.96 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 100g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2490.91 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz ogółem: 66.92 g; Węglowodany ogółem: 324.41 g; Kw. tł. nasycone: 16.26 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1246.17 mg; Błonnik: 19.90 g; W tym cukry: 54.23 g; WW: 32.64 Por; Potas: 2796.19 mg; Wapń: 743.45 mg; Fosfor: 1331.39 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 221.67 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.36 kcal; Białko ogółem: 58.42 g; Tłuszcz ogółem: 48.04 g; Węglowodany ogółem: 260.18 g; Kw. tł. nasycone: 7.67 g; Sól: 2.84 g; Sód: 999.05 mg; Błonnik: 17.90 g; W tym cukry: 33.60 g; WW: 26.17 Por; Potas: 1927.20 mg; Wapń: 223.27 mg; Fosfor: 645.68 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 141.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1984.71 kcal; Białko ogółem: 52.72 g; Tłuszcz ogółem: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 268.36 g; Kw. tł. nasycone: 11.13 g; Sól: 1.23 g; Sód: 353.55 mg; Błonnik: 22.46 g; W tym cukry: 43.45 g; WW: 26.96 Por; Potas: 2055.70 mg; Wapń: 493.27 mg; Fosfor: 712.68 mg; Żelazo: 4.79 mg; Magnez: 135.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plasterkach na kanapki b/soli 40g , Dynia duszona 100g (GLU),	
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynga delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.20 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 270.05 g; Kw. tł. nasycone: 12.29 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1154.29 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 33.64 g; WW: 27.17 Por; Potas: 2251.63 mg; Wapń: 206.72 mg; Fosfor: 790.07 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 179.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i tofu 300g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2161.78 kcal; Białko ogółem: 65.06 g; Tłuszcz ogółem: 56.96 g; Węglowodany ogółem: 305.83 g; Kw. tł. nasycone: 13.21 g; Sól: 4.97 g; Sód: 1850.25 mg; Błonnik: 30.65 g; W tym cukry: 45.07 g; WW: 30.62 Por; Potas: 2469.49 mg; Wapń: 507.43 mg; Fosfor: 973.91 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 309.38 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.14 g; Sód: 1119.06 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.89 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.57 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 71.57 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.14 g; Sód: 1119.06 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.89 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2184.49 kcal; Białko ogółem: 71.70 g; Tłuszcz ogółem: 53.72 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g; Kw. tł. nasycone: 12.50 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 31.37 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>),
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.37 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz ogółem: 67.32 g; Węglowodany ogółem: 283.30 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1486.91 mg; Błonnik: 37.96 g; W tym cukry: 53.75 g; WW: 28.48 Por; Potas: 2934.28 mg; Wapń: 585.09 mg; Fosfor: 1246.12 mg; Żelazo: 10.77 mg; Magnez: 338.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.20 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 270.05 g; Kw. tł.
nasycone: 12.29 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1154.29 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 33.64 g; WW: 27.17 Por; Potas: 2251.63 mg; Wapń: 206.72
mg; Fosfor: 790.07 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 179.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2515.21 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz ogółem: 70.31 g; Węglowodany ogółem: 340.37 g; Kw. tł. nasycone: 18.29 g; Sól: 6.24 g; Sód: 2356.68 mg; Błonnik: 35.62 g; W tym cukry: 70.50 g; WW: 34.06 Por; Potas: 3109.69 mg; Wapń: 790.37 mg; Fosfor: 1376.16 mg; Żelazo: 10.97 mg; Magnez: 369.07 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2205.27 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 70.14 g; Węglowodany ogółem: 278.26 g; Kw. tł. nasycone: 15.93 g; Sól: 7.01 g; Sód: 2377.08 mg; Błonnik: 38.67 g; W tym cukry: 52.24 g; WW: 27.88 Por; Potas: 3027.99 mg; Wapń: 776.77 mg; Fosfor: 1390.16 mg; Żelazo: 11.02 mg; Magnez: 383.07 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.72 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 335.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.55 g; Sól: 3.16 g; Sód: 1128.21 mg; Błonnik: 20.28 g; W tym cukry: 48.86 g; WW: 33.72 Por; Potas: 2653.84 mg; Wapń: 544.45 mg; Fosfor: 945.60 mg; Żelazo: 8.20 mg; Magnez: 194.06 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2151.36 kcal; Białko ogółem: 57.22 g; Tłuszcz ogółem: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 305.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.98 g; Sól: 1.25 g; Sód: 362.05 mg; Błonnik: 23.00 g; W tym cukry: 43.60 g; WW: 30.67 Por; Potas: 2142.20 mg; Wapń: 505.27 mg; Fosfor: 776.18 mg; Żelazo: 5.49 mg; Magnez: 149.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyńiu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.81 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz ogółem: 64.82 g; Węglowodany ogółem: 267.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.39 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.96 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 100g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2490.91 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz ogółem: 66.92 g; Węglowodany ogółem: 324.41 g; Kw. tł. nasycone: 16.26 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1246.17 mg; Błonnik: 19.90 g; W tym cukry: 54.23 g; WW: 32.64 Por; Potas: 2796.19 mg; Wapń: 743.45 mg; Fosfor: 1331.39 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 221.67 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.36 kcal; Białko ogółem: 58.42 g; Tłuszcz ogółem: 48.04 g; Węglowodany ogółem: 260.18 g; Kw. tł. nasycone: 7.67 g; Sól: 2.84 g; Sód: 999.05 mg; Błonnik: 17.90 g; W tym cukry: 33.60 g; WW: 26.17 Por; Potas: 1927.20 mg; Wapń: 223.27 mg; Fosfor: 645.68 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 141.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 40g (MLE), Dynia duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1984.71 kcal; Białko ogółem: 52.72 g; Tłuszcz ogółem: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 268.36 g; Kw. tł. nasycone: 11.13 g; Sól: 1.23 g; Sód: 353.55 mg; Błonnik: 22.46 g; W tym cukry: 43.45 g; WW: 26.96 Por; Potas: 2055.70 mg; Wapń: 493.27 mg; Fosfor: 712.68 mg; Żelazo: 4.79 mg; Magnez: 135.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 15g ,		Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plasterkach na kanapki b/soli 40g , Dynia duszona 100g (GLU),	
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.20 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 270.05 g; Kw. tł. nasycone: 12.29 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1154.29 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 33.64 g; WW: 27.17 Por; Potas: 2251.63 mg; Wapń: 206.72 mg; Fosfor: 790.07 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 179.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i tofu 300g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2161.78 kcal; Białko ogółem: 65.06 g; Tłuszcz ogółem: 56.96 g; Węglowodany ogółem: 305.83 g; Kw. tł. nasycone: 13.21 g; Sól: 4.97 g; Sód: 1850.25 mg; Błonnik: 30.65 g; W tym cukry: 45.07 g; WW: 30.62 Por; Potas: 2469.49 mg; Wapń: 507.43 mg; Fosfor: 973.91 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 309.38 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.14 g; Sód: 1119.06 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.89 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.57 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 71.57 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.36 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz ogółem: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.14 g; Sód: 1119.06 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.27 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.89 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2184.49 kcal; Białko ogółem: 71.70 g; Tłuszcz ogółem: 53.72 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g; Kw. tł. nasycone: 12.50 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1120.05 mg; Błonnik: 19.20 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 31.37 Por; Potas: 2366.20 mg; Wapń: 535.27 mg; Fosfor: 924.18 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 185.90 mg;

czwartek 2025-02-13			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,			Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g , Herbata b/c 250ml ,			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>),
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.37 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz ogółem: 67.32 g; Węglowodany ogółem: 283.30 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1486.91 mg; Błonnik: 37.96 g; W tym cukry: 53.75 g; WW: 28.48 Por; Potas: 2934.28 mg; Wapń: 585.09 mg; Fosfor: 1246.12 mg; Żelazo: 10.77 mg; Magnez: 338.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-13		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 15g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.20 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 270.05 g; Kw. tł.
nasycone: 12.29 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1154.29 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 33.64 g; WW: 27.17 Por; Potas: 2251.63 mg; Wapń: 206.72
mg; Fosfor: 790.07 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 179.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-13 Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny		
	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1739.20 kcal; Białko ogółem: 48.97 g; Tłuszcz ogółem: 47.70 g; Węglowodany ogółem: 248.40 g; Kw. tł. nasycone: 4.92 g; Sól: 0.52 g; Sód: 196.31 mg; Błonnik: 21.40 g; W tym cukry: 18.27 g; WW: 24.93 Por; Potas: 1328.56 mg; Wapń: 89.40 mg; Fosfor: 433.40 mg; Żelazo: 3.30 mg; Magnez: 129.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2402.48 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz ogółem: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 397.12 g; Kw. tł. nasycone: 10.78 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1428.82 mg; Błonnik: 45.17 g; W tym cukry: 107.89 g; WW: 39.75 Por; Potas: 4797.98 mg; Wapń: 647.67 mg; Fosfor: 1709.88 mg; Żelazo: 15.01 mg; Magnez: 500.19 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1933.10 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz ogółem: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 307.11 g; Kw. tł. nasycone: 8.00 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1453.02 mg; Błonnik: 44.98 g; W tym cukry: 56.72 g; WW: 30.67 Por; Potas: 3844.98 mg; Wapń: 624.33 mg; Fosfor: 1654.48 mg; Żelazo: 13.12 mg; Magnez: 422.93 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.02 kcal; Białko ogółem: 82.15 g; Tłuszcz ogółem: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 350.65 g; Kw. tł. nasycone: 9.60 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 35.37 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.74 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz ogółem: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1784.84 kcal; Białko ogółem: 55.25 g; Tłuszcz ogółem: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 289.19 g; Kw. tł. nasycone: 6.85 g; Sól: 2.10 g; Sód: 278.71 mg; Błonnik: 25.80 g; W tym cukry: 67.96 g; WW: 29.10 Por; Potas: 3386.18 mg; Wapń: 204.27 mg; Fosfor: 874.44 mg; Żelazo: 5.90 mg; Magnez: 261.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą jaglaną (g.budyńiu) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyńiu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.12 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz ogółem: 60.58 g; Węglowodany ogółem: 304.55 g; Kw. tł. nasycone: 17.38 g; Sól: 1.65 g; Sód: 566.06 mg; Błonnik: 16.64 g; W tym cukry: 97.12 g; WW: 30.77 Por; Potas: 4032.75 mg; Wapń: 833.66 mg; Fosfor: 1464.98 mg; Żelazo: 7.62 mg; Magnez: 307.79 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata maslowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.14 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz ogółem: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 341.90 g; Kw. tł. nasycone: 9.57 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Salata maslowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2392.04 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz ogółem: 52.41 g; Węglowodany ogółem: 337.99 g; Kw. tł. nasycone: 25.62 g; Sól: 5.57 g; Sód: 1414.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 85.95 g; WW: 34.05 Por; Potas: 4147.08 mg; Wapń: 627.17 mg; Fosfor: 1531.44 mg; Żelazo: 10.27 mg; Magnez: 373.03 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata maslowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1754.55 kcal; Białko ogółem: 70.00 g; Tłuszcz ogółem: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; Kw. tł. nasycone: 4.61 g; Sól: 3.85 g; Sód: 978.28 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 63.91 g; WW: 28.67 Por; Potas: 3360.59 mg; Wapń: 204.00 mg; Fosfor: 995.46 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 284.52 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata maslowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.16 kcal; Białko ogółem: 67.08 g; Tłuszcz ogółem: 28.20 g; Węglowodany ogółem: 313.15 g; Kw. tł. nasycone: 8.02 g; Sól: 2.38 g; Sód: 390.80 mg; Błonnik: 23.79 g; W tym cukry: 78.37 g; WW: 31.51 Por; Potas: 3571.78 mg; Wapń: 493.03 mg; Fosfor: 1109.34 mg; Żelazo: 6.96 mg; Magnez: 297.17 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata maslowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.15 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; Kw. tł. nasycone: 10.48 g; Sól: 5.01 g; Sód: 1135.26 mg; Błonnik: 22.91 g; W tym cukry: 70.45 g; WW: 30.97 Por; Potas: 3684.87 mg; Wapń: 203.92 mg; Fosfor: 960.27 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 302.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Kotlet z fasoli czerwonej smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2176.60 kcal; Białko ogółem: 66.23 g; Tłuszcz ogółem: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 357.57 g; Kw. tł. nasycone: 11.54 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1184.42 mg; Błonnik: 44.58 g; W tym cukry: 82.43 g; WW: 35.79 Por; Potas: 3972.46 mg; Wapń: 596.10 mg; Fosfor: 1263.52 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 407.00 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem b/soli 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.89 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1158.05 mg; Błonnik: 23.86 g; W tym cukry: 83.75 g; WW: 34.17 Por; Potas: 3995.73 mg; Wapń: 557.27 mg; Fosfor: 1320.84 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 363.72 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą manną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kiselel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2393.21 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 379.96 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.12 g; Sód: 444.49 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 83.60 g; WW: 38.33 Por; Potas: 4490.70 mg; Wapń: 195.19 mg; Fosfor: 1390.92 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem b/soli 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.89 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1158.05 mg; Błonnik: 23.86 g; W tym cukry: 83.75 g; WW: 34.17 Por; Potas: 3995.73 mg; Wapń: 557.27 mg; Fosfor: 1320.84 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 363.72 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.74 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz ogółem: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.77 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz ogółem: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 300.55 g; Kw. tł. nasycone: 8.02 g; Sól: 5.56 g; Sód: 1408.01 mg; Błonnik: 40.15 g; W tym cukry: 54.92 g; WW: 30.11 Por; Potas: 3691.37 mg; Wapń: 579.28 mg; Fosfor: 1605.27 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 414.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata maslowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1811.87 kcal; Białko ogółem: 55.94 g; Tłuszcz ogółem: 51.50 g; Węglowodany ogółem: 286.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.60 g; Sól: 2.82 g; Sód: 261.39 mg; Błonnik: 24.15 g; W tym cukry: 65.81 g; WW: 28.76 Por; Potas: 3183.37 mg; Wapń: 154.68 mg; Fosfor: 725.97 mg; Żelazo: 5.11 mg; Magnez: 231.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2402.48 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz ogółem: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 397.12 g; Kw. tł. nasycone: 10.78 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1428.82 mg; Błonnik: 45.17 g; W tym cukry: 107.89 g; WW: 39.75 Por; Potas: 4797.98 mg; Wapń: 647.67 mg; Fosfor: 1709.88 mg; Żelazo: 15.01 mg; Magnez: 500.19 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1933.10 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz ogółem: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 307.11 g; Kw. tł. nasycone: 8.00 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1453.02 mg; Błonnik: 44.98 g; W tym cukry: 56.72 g; WW: 30.67 Por; Potas: 3844.98 mg; Wapń: 624.33 mg; Fosfor: 1654.48 mg; Żelazo: 13.12 mg; Magnez: 422.93 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt. - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.02 kcal; Białko ogółem: 82.15 g; Tłuszcz ogółem: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 350.65 g; Kw. tł. nasycone: 9.60 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 35.37 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.74 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz ogółem: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1784.84 kcal; Białko ogółem: 55.25 g; Tłuszcz ogółem: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 289.19 g; Kw. tł. nasycone: 6.85 g; Sól: 2.10 g; Sód: 278.71 mg; Błonnik: 25.80 g; W tym cukry: 67.96 g; WW: 29.10 Por; Potas: 3386.18 mg; Wapń: 204.27 mg; Fosfor: 874.44 mg; Żelazo: 5.90 mg; Magnez: 261.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą jaglaną (g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.12 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz ogółem: 60.58 g; Węglowodany ogółem: 304.55 g; Kw. tł. nasycone: 17.38 g; Sól: 1.65 g; Sód: 566.06 mg; Błonnik: 16.64 g; W tym cukry: 97.12 g; WW: 30.77 Por; Potas: 4032.75 mg; Wapń: 833.66 mg; Fosfor: 1464.98 mg; Żelazo: 7.62 mg; Magnez: 307.79 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.14 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz ogółem: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 341.90 g; Kw. tł. nasycone: 9.57 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2392.04 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz ogółem: 52.41 g; Węglowodany ogółem: 337.99 g; Kw. tł. nasycone: 25.62 g; Sól: 5.57 g; Sód: 1414.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 85.95 g; WW: 34.05 Por; Potas: 4147.08 mg; Wapń: 627.17 mg; Fosfor: 1531.44 mg; Żelazo: 10.27 mg; Magnez: 373.03 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1754.55 kcal; Białko ogółem: 70.00 g; Tłuszcz ogółem: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; Kw. tł. nasycone: 4.61 g; Sól: 3.85 g; Sód: 978.28 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 63.91 g; WW: 28.67 Por; Potas: 3360.59 mg; Wapń: 204.00 mg; Fosfor: 995.46 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 284.52 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.16 kcal; Białko ogółem: 67.08 g; Tłuszcz ogółem: 28.20 g; Węglowodany ogółem: 313.15 g; Kw. tł. nasycone: 8.02 g; Sól: 2.38 g; Sód: 390.80 mg; Błonnik: 23.79 g; W tym cukry: 78.37 g; WW: 31.51 Por; Potas: 3571.78 mg; Wapń: 493.03 mg; Fosfor: 1109.34 mg; Żelazo: 6.96 mg; Magnez: 297.17 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynea delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.15 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; Kw. tł. nasycone: 10.48 g; Sól: 5.01 g; Sód: 1135.26 mg; Błonnik: 22.91 g; W tym cukry: 70.45 g; WW: 30.97 Por; Potas: 3684.87 mg; Wapń: 203.92 mg; Fosfor: 960.27 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 302.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Kotlet z fasoli czerwonej smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2176.60 kcal; Białko ogółem: 66.23 g; Tłuszcz ogółem: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 357.57 g; Kw. tł. nasycone: 11.54 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1184.42 mg; Błonnik: 44.58 g; W tym cukry: 82.43 g; WW: 35.79 Por; Potas: 3972.46 mg; Wapń: 596.10 mg; Fosfor: 1263.52 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 407.00 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem b/soli 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.89 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1158.05 mg; Błonnik: 23.86 g; W tym cukry: 83.75 g; WW: 34.17 Por; Potas: 3995.73 mg; Wapń: 557.27 mg; Fosfor: 1320.84 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 363.72 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą manną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2393.21 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 379.96 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.12 g; Sód: 444.49 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 83.60 g; WW: 38.33 Por; Potas: 4490.70 mg; Wapń: 195.19 mg; Fosfor: 1390.92 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem b/soli 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.89 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1158.05 mg; Błonnik: 23.86 g; W tym cukry: 83.75 g; WW: 34.17 Por; Potas: 3995.73 mg; Wapń: 557.27 mg; Fosfor: 1320.84 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 363.72 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.74 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz ogółem: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.77 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz ogółem: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 300.55 g; Kw. tł. nasycone: 8.02 g; Sól: 5.56 g; Sód: 1408.01 mg; Błonnik: 40.15 g; W tym cukry: 54.92 g; WW: 30.11 Por; Potas: 3691.37 mg; Wapń: 579.28 mg; Fosfor: 1605.27 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 414.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata maslowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1811.87 kcal; Białko ogółem: 55.94 g; Tłuszcz ogółem: 51.50 g; Węglowodany ogółem: 286.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.60 g; Sól: 2.82 g; Sód: 261.39 mg; Błonnik: 24.15 g; W tym cukry: 65.81 g; WW: 28.76 Por; Potas: 3183.37 mg; Wapń: 154.68 mg; Fosfor: 725.97 mg; Żelazo: 5.11 mg; Magnez: 231.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2402.48 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz ogółem: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 397.12 g; Kw. tł. nasycone: 10.78 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1428.82 mg; Błonnik: 45.17 g; W tym cukry: 107.89 g; WW: 39.75 Por; Potas: 4797.98 mg; Wapń: 647.67 mg; Fosfor: 1709.88 mg; Żelazo: 15.01 mg; Magnez: 500.19 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1933.10 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz ogółem: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 307.11 g; Kw. tł. nasycone: 8.00 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1453.02 mg; Błonnik: 44.98 g; W tym cukry: 56.72 g; WW: 30.67 Por; Potas: 3844.98 mg; Wapń: 624.33 mg; Fosfor: 1654.48 mg; Żelazo: 13.12 mg; Magnez: 422.93 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.02 kcal; Białko ogółem: 82.15 g; Tłuszcz ogółem: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 350.65 g; Kw. tł. nasycone: 9.60 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 35.37 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.74 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz ogółem: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1784.84 kcal; Białko ogółem: 55.25 g; Tłuszcz ogółem: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 289.19 g; Kw. tł. nasycone: 6.85 g; Sól: 2.10 g; Sód: 278.71 mg; Błonnik: 25.80 g; W tym cukry: 67.96 g; WW: 29.10 Por; Potas: 3386.18 mg; Wapń: 204.27 mg; Fosfor: 874.44 mg; Żelazo: 5.90 mg; Magnez: 261.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą jaglaną (g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.12 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz ogółem: 60.58 g; Węglowodany ogółem: 304.55 g; Kw. tł. nasycone: 17.38 g; Sól: 1.65 g; Sód: 566.06 mg; Błonnik: 16.64 g; W tym cukry: 97.12 g; WW: 30.77 Por; Potas: 4032.75 mg; Wapń: 833.66 mg; Fosfor: 1464.98 mg; Żelazo: 7.62 mg; Magnez: 307.79 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.14 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz ogółem: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 341.90 g; Kw. tł. nasycone: 9.57 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2392.04 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz ogółem: 52.41 g; Węglowodany ogółem: 337.99 g; Kw. tł. nasycone: 25.62 g; Sól: 5.57 g; Sód: 1414.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 85.95 g; WW: 34.05 Por; Potas: 4147.08 mg; Wapń: 627.17 mg; Fosfor: 1531.44 mg; Żelazo: 10.27 mg; Magnez: 373.03 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1754.55 kcal; Białko ogółem: 70.00 g; Tłuszcz ogółem: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; Kw. tł. nasycone: 4.61 g; Sól: 3.85 g; Sód: 978.28 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 63.91 g; WW: 28.67 Por; Potas: 3360.59 mg; Wapń: 204.00 mg; Fosfor: 995.46 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 284.52 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.16 kcal; Białko ogółem: 67.08 g; Tłuszcz ogółem: 28.20 g; Węglowodany ogółem: 313.15 g; Kw. tł. nasycone: 8.02 g; Sól: 2.38 g; Sód: 390.80 mg; Błonnik: 23.79 g; W tym cukry: 78.37 g; WW: 31.51 Por; Potas: 3571.78 mg; Wapń: 493.03 mg; Fosfor: 1109.34 mg; Żelazo: 6.96 mg; Magnez: 297.17 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyntka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.15 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; Kw. tł. nasycone: 10.48 g; Sól: 5.01 g; Sód: 1135.26 mg; Błonnik: 22.91 g; W tym cukry: 70.45 g; WW: 30.97 Por; Potas: 3684.87 mg; Wapń: 203.92 mg; Fosfor: 960.27 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 302.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Kotlet z fasoli czerwonej smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2176.60 kcal; Białko ogółem: 66.23 g; Tłuszcz ogółem: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 357.57 g; Kw. tł. nasycone: 11.54 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1184.42 mg; Błonnik: 44.58 g; W tym cukry: 82.43 g; WW: 35.79 Por; Potas: 3972.46 mg; Wapń: 596.10 mg; Fosfor: 1263.52 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 407.00 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem b/soli 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.89 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1158.05 mg; Błonnik: 23.86 g; W tym cukry: 83.75 g; WW: 34.17 Por; Potas: 3995.73 mg; Wapń: 557.27 mg; Fosfor: 1320.84 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 363.72 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą manną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2393.21 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 379.96 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.12 g; Sód: 444.49 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 83.60 g; WW: 38.33 Por; Potas: 4490.70 mg; Wapń: 195.19 mg; Fosfor: 1390.92 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem b/soli 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.89 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1158.05 mg; Błonnik: 23.86 g; W tym cukry: 83.75 g; WW: 34.17 Por; Potas: 3995.73 mg; Wapń: 557.27 mg; Fosfor: 1320.84 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 363.72 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.74 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz ogółem: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.77 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz ogółem: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 300.55 g; Kw. tł. nasycone: 8.02 g; Sól: 5.56 g; Sód: 1408.01 mg; Błonnik: 40.15 g; W tym cukry: 54.92 g; WW: 30.11 Por; Potas: 3691.37 mg; Wapń: 579.28 mg; Fosfor: 1605.27 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 414.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata maslowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1811.87 kcal; Białko ogółem: 55.94 g; Tłuszcz ogółem: 51.50 g; Węglowodany ogółem: 286.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.60 g; Sól: 2.82 g; Sód: 261.39 mg; Błonnik: 24.15 g; W tym cukry: 65.81 g; WW: 28.76 Por; Potas: 3183.37 mg; Wapń: 154.68 mg; Fosfor: 725.97 mg; Żelazo: 5.11 mg; Magnez: 231.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2402.48 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz ogółem: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 397.12 g; Kw. tł. nasycone: 10.78 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1428.82 mg; Błonnik: 45.17 g; W tym cukry: 107.89 g; WW: 39.75 Por; Potas: 4797.98 mg; Wapń: 647.67 mg; Fosfor: 1709.88 mg; Żelazo: 15.01 mg; Magnez: 500.19 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1933.10 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz ogółem: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 307.11 g; Kw. tł. nasycone: 8.00 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1453.02 mg; Błonnik: 44.98 g; W tym cukry: 56.72 g; WW: 30.67 Por; Potas: 3844.98 mg; Wapń: 624.33 mg; Fosfor: 1654.48 mg; Żelazo: 13.12 mg; Magnez: 422.93 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.02 kcal; Białko ogółem: 82.15 g; Tłuszcz ogółem: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 350.65 g; Kw. tł. nasycone: 9.60 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 35.37 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.74 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz ogółem: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1784.84 kcal; Białko ogółem: 55.25 g; Tłuszcz ogółem: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 289.19 g; Kw. tł. nasycone: 6.85 g; Sól: 2.10 g; Sód: 278.71 mg; Błonnik: 25.80 g; W tym cukry: 67.96 g; WW: 29.10 Por; Potas: 3386.18 mg; Wapń: 204.27 mg; Fosfor: 874.44 mg; Żelazo: 5.90 mg; Magnez: 261.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą jaglaną (g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.12 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz ogółem: 60.58 g; Węglowodany ogółem: 304.55 g; Kw. tł. nasycone: 17.38 g; Sól: 1.65 g; Sód: 566.06 mg; Błonnik: 16.64 g; W tym cukry: 97.12 g; WW: 30.77 Por; Potas: 4032.75 mg; Wapń: 833.66 mg; Fosfor: 1464.98 mg; Żelazo: 7.62 mg; Magnez: 307.79 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.14 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz ogółem: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 341.90 g; Kw. tł. nasycone: 9.57 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2392.04 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz ogółem: 52.41 g; Węglowodany ogółem: 337.99 g; Kw. tł. nasycone: 25.62 g; Sól: 5.57 g; Sód: 1414.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 85.95 g; WW: 34.05 Por; Potas: 4147.08 mg; Wapń: 627.17 mg; Fosfor: 1531.44 mg; Żelazo: 10.27 mg; Magnez: 373.03 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1754.55 kcal; Białko ogółem: 70.00 g; Tłuszcz ogółem: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; Kw. tł. nasycone: 4.61 g; Sól: 3.85 g; Sód: 978.28 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 63.91 g; WW: 28.67 Por; Potas: 3360.59 mg; Wapń: 204.00 mg; Fosfor: 995.46 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 284.52 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.16 kcal; Białko ogółem: 67.08 g; Tłuszcz ogółem: 28.20 g; Węglowodany ogółem: 313.15 g; Kw. tł. nasycone: 8.02 g; Sól: 2.38 g; Sód: 390.80 mg; Błonnik: 23.79 g; W tym cukry: 78.37 g; WW: 31.51 Por; Potas: 3571.78 mg; Wapń: 493.03 mg; Fosfor: 1109.34 mg; Żelazo: 6.96 mg; Magnez: 297.17 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.15 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; Kw. tł. nasycone: 10.48 g; Sól: 5.01 g; Sód: 1135.26 mg; Błonnik: 22.91 g; W tym cukry: 70.45 g; WW: 30.97 Por; Potas: 3684.87 mg; Wapń: 203.92 mg; Fosfor: 960.27 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 302.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Kotlet z fasoli czerwonej smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2176.60 kcal; Białko ogółem: 66.23 g; Tłuszcz ogółem: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 357.57 g; Kw. tł. nasycone: 11.54 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1184.42 mg; Błonnik: 44.58 g; W tym cukry: 82.43 g; WW: 35.79 Por; Potas: 3972.46 mg; Wapń: 596.10 mg; Fosfor: 1263.52 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 407.00 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem b/soli 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.89 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1158.05 mg; Błonnik: 23.86 g; W tym cukry: 83.75 g; WW: 34.17 Por; Potas: 3995.73 mg; Wapń: 557.27 mg; Fosfor: 1320.84 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 363.72 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą manną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kiselel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2393.21 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 379.96 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.12 g; Sód: 444.49 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 83.60 g; WW: 38.33 Por; Potas: 4490.70 mg; Wapń: 195.19 mg; Fosfor: 1390.92 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem b/soli 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.89 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1158.05 mg; Błonnik: 23.86 g; W tym cukry: 83.75 g; WW: 34.17 Por; Potas: 3995.73 mg; Wapń: 557.27 mg; Fosfor: 1320.84 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 363.72 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.74 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz ogółem: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.77 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz ogółem: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 300.55 g; Kw. tł. nasycone: 8.02 g; Sól: 5.56 g; Sód: 1408.01 mg; Błonnik: 40.15 g; W tym cukry: 54.92 g; WW: 30.11 Por; Potas: 3691.37 mg; Wapń: 579.28 mg; Fosfor: 1605.27 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 414.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata maslowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1811.87 kcal; Białko ogółem: 55.94 g; Tłuszcz ogółem: 51.50 g; Węglowodany ogółem: 286.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.60 g; Sól: 2.82 g; Sód: 261.39 mg; Błonnik: 24.15 g; W tym cukry: 65.81 g; WW: 28.76 Por; Potas: 3183.37 mg; Wapń: 154.68 mg; Fosfor: 725.97 mg; Żelazo: 5.11 mg; Magnez: 231.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2402.48 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz ogółem: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 397.12 g; Kw. tł. nasycone: 10.78 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1428.82 mg; Błonnik: 45.17 g; W tym cukry: 107.89 g; WW: 39.75 Por; Potas: 4797.98 mg; Wapń: 647.67 mg; Fosfor: 1709.88 mg; Żelazo: 15.01 mg; Magnez: 500.19 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1933.10 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz ogółem: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 307.11 g; Kw. tł. nasycone: 8.00 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1453.02 mg; Błonnik: 44.98 g; W tym cukry: 56.72 g; WW: 30.67 Por; Potas: 3844.98 mg; Wapń: 624.33 mg; Fosfor: 1654.48 mg; Żelazo: 13.12 mg; Magnez: 422.93 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.02 kcal; Białko ogółem: 82.15 g; Tłuszcz ogółem: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 350.65 g; Kw. tł. nasycone: 9.60 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 35.37 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.74 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz ogółem: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1784.84 kcal; Białko ogółem: 55.25 g; Tłuszcz ogółem: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 289.19 g; Kw. tł. nasycone: 6.85 g; Sól: 2.10 g; Sód: 278.71 mg; Błonnik: 25.80 g; W tym cukry: 67.96 g; WW: 29.10 Por; Potas: 3386.18 mg; Wapń: 204.27 mg; Fosfor: 874.44 mg; Żelazo: 5.90 mg; Magnez: 261.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą jaglaną (g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.12 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz ogółem: 60.58 g; Węglowodany ogółem: 304.55 g; Kw. tł. nasycone: 17.38 g; Sól: 1.65 g; Sód: 566.06 mg; Błonnik: 16.64 g; W tym cukry: 97.12 g; WW: 30.77 Por; Potas: 4032.75 mg; Wapń: 833.66 mg; Fosfor: 1464.98 mg; Żelazo: 7.62 mg; Magnez: 307.79 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.14 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz ogółem: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 341.90 g; Kw. tł. nasycone: 9.57 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2392.04 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz ogółem: 52.41 g; Węglowodany ogółem: 337.99 g; Kw. tł. nasycone: 25.62 g; Sól: 5.57 g; Sód: 1414.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 85.95 g; WW: 34.05 Por; Potas: 4147.08 mg; Wapń: 627.17 mg; Fosfor: 1531.44 mg; Żelazo: 10.27 mg; Magnez: 373.03 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1754.55 kcal; Białko ogółem: 70.00 g; Tłuszcz ogółem: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; Kw. tł. nasycone: 4.61 g; Sól: 3.85 g; Sód: 978.28 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 63.91 g; WW: 28.67 Por; Potas: 3360.59 mg; Wapń: 204.00 mg; Fosfor: 995.46 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 284.52 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.16 kcal; Białko ogółem: 67.08 g; Tłuszcz ogółem: 28.20 g; Węglowodany ogółem: 313.15 g; Kw. tł. nasycone: 8.02 g; Sól: 2.38 g; Sód: 390.80 mg; Błonnik: 23.79 g; W tym cukry: 78.37 g; WW: 31.51 Por; Potas: 3571.78 mg; Wapń: 493.03 mg; Fosfor: 1109.34 mg; Żelazo: 6.96 mg; Magnez: 297.17 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.15 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; Kw. tł. nasycone: 10.48 g; Sól: 5.01 g; Sód: 1135.26 mg; Błonnik: 22.91 g; W tym cukry: 70.45 g; WW: 30.97 Por; Potas: 3684.87 mg; Wapń: 203.92 mg; Fosfor: 960.27 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 302.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Kotlet z fasoli czerwonej smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2176.60 kcal; Białko ogółem: 66.23 g; Tłuszcz ogółem: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 357.57 g; Kw. tł. nasycone: 11.54 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1184.42 mg; Błonnik: 44.58 g; W tym cukry: 82.43 g; WW: 35.79 Por; Potas: 3972.46 mg; Wapń: 596.10 mg; Fosfor: 1263.52 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 407.00 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem b/soli 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.89 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1158.05 mg; Błonnik: 23.86 g; W tym cukry: 83.75 g; WW: 34.17 Por; Potas: 3995.73 mg; Wapń: 557.27 mg; Fosfor: 1320.84 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 363.72 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą manną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kiselel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2393.21 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 379.96 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.12 g; Sód: 444.49 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 83.60 g; WW: 38.33 Por; Potas: 4490.70 mg; Wapń: 195.19 mg; Fosfor: 1390.92 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem b/soli 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.89 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1158.05 mg; Błonnik: 23.86 g; W tym cukry: 83.75 g; WW: 34.17 Por; Potas: 3995.73 mg; Wapń: 557.27 mg; Fosfor: 1320.84 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 363.72 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.74 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz ogółem: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.77 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz ogółem: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 300.55 g; Kw. tł. nasycone: 8.02 g; Sól: 5.56 g; Sód: 1408.01 mg; Błonnik: 40.15 g; W tym cukry: 54.92 g; WW: 30.11 Por; Potas: 3691.37 mg; Wapń: 579.28 mg; Fosfor: 1605.27 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 414.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata maslowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1811.87 kcal; Białko ogółem: 55.94 g; Tłuszcz ogółem: 51.50 g; Węglowodany ogółem: 286.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.60 g; Sól: 2.82 g; Sód: 261.39 mg; Błonnik: 24.15 g; W tym cukry: 65.81 g; WW: 28.76 Por; Potas: 3183.37 mg; Wapń: 154.68 mg; Fosfor: 725.97 mg; Żelazo: 5.11 mg; Magnez: 231.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2402.48 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz ogółem: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 397.12 g; Kw. tł. nasycone: 10.78 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1428.82 mg; Błonnik: 45.17 g; W tym cukry: 107.89 g; WW: 39.75 Por; Potas: 4797.98 mg; Wapń: 647.67 mg; Fosfor: 1709.88 mg; Żelazo: 15.01 mg; Magnez: 500.19 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1933.10 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz ogółem: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 307.11 g; Kw. tł. nasycone: 8.00 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1453.02 mg; Błonnik: 44.98 g; W tym cukry: 56.72 g; WW: 30.67 Por; Potas: 3844.98 mg; Wapń: 624.33 mg; Fosfor: 1654.48 mg; Żelazo: 13.12 mg; Magnez: 422.93 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.02 kcal; Białko ogółem: 82.15 g; Tłuszcz ogółem: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 350.65 g; Kw. tł. nasycone: 9.60 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 35.37 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.74 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz ogółem: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1784.84 kcal; Białko ogółem: 55.25 g; Tłuszcz ogółem: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 289.19 g; Kw. tł. nasycone: 6.85 g; Sól: 2.10 g; Sód: 278.71 mg; Błonnik: 25.80 g; W tym cukry: 67.96 g; WW: 29.10 Por; Potas: 3386.18 mg; Wapń: 204.27 mg; Fosfor: 874.44 mg; Żelazo: 5.90 mg; Magnez: 261.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą jaglaną (g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.12 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz ogółem: 60.58 g; Węglowodany ogółem: 304.55 g; Kw. tł. nasycone: 17.38 g; Sól: 1.65 g; Sód: 566.06 mg; Błonnik: 16.64 g; W tym cukry: 97.12 g; WW: 30.77 Por; Potas: 4032.75 mg; Wapń: 833.66 mg; Fosfor: 1464.98 mg; Żelazo: 7.62 mg; Magnez: 307.79 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.14 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz ogółem: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 341.90 g; Kw. tł. nasycone: 9.57 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2392.04 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz ogółem: 52.41 g; Węglowodany ogółem: 337.99 g; Kw. tł. nasycone: 25.62 g; Sól: 5.57 g; Sód: 1414.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 85.95 g; WW: 34.05 Por; Potas: 4147.08 mg; Wapń: 627.17 mg; Fosfor: 1531.44 mg; Żelazo: 10.27 mg; Magnez: 373.03 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1754.55 kcal; Białko ogółem: 70.00 g; Tłuszcz ogółem: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; Kw. tł. nasycone: 4.61 g; Sól: 3.85 g; Sód: 978.28 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 63.91 g; WW: 28.67 Por; Potas: 3360.59 mg; Wapń: 204.00 mg; Fosfor: 995.46 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 284.52 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.16 kcal; Białko ogółem: 67.08 g; Tłuszcz ogółem: 28.20 g; Węglowodany ogółem: 313.15 g; Kw. tł. nasycone: 8.02 g; Sól: 2.38 g; Sód: 390.80 mg; Błonnik: 23.79 g; W tym cukry: 78.37 g; WW: 31.51 Por; Potas: 3571.78 mg; Wapń: 493.03 mg; Fosfor: 1109.34 mg; Żelazo: 6.96 mg; Magnez: 297.17 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynea delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.15 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; Kw. tł. nasycone: 10.48 g; Sól: 5.01 g; Sód: 1135.26 mg; Błonnik: 22.91 g; W tym cukry: 70.45 g; WW: 30.97 Por; Potas: 3684.87 mg; Wapń: 203.92 mg; Fosfor: 960.27 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 302.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Kotlet z fasoli czerwonej smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2176.60 kcal; Białko ogółem: 66.23 g; Tłuszcz ogółem: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 357.57 g; Kw. tł. nasycone: 11.54 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1184.42 mg; Błonnik: 44.58 g; W tym cukry: 82.43 g; WW: 35.79 Por; Potas: 3972.46 mg; Wapń: 596.10 mg; Fosfor: 1263.52 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 407.00 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem b/soli 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.89 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1158.05 mg; Błonnik: 23.86 g; W tym cukry: 83.75 g; WW: 34.17 Por; Potas: 3995.73 mg; Wapń: 557.27 mg; Fosfor: 1320.84 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 363.72 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą manną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2393.21 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 379.96 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.12 g; Sód: 444.49 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 83.60 g; WW: 38.33 Por; Potas: 4490.70 mg; Wapń: 195.19 mg; Fosfor: 1390.92 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem b/soli 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.89 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1158.05 mg; Błonnik: 23.86 g; W tym cukry: 83.75 g; WW: 34.17 Por; Potas: 3995.73 mg; Wapń: 557.27 mg; Fosfor: 1320.84 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 363.72 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.74 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz ogółem: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 341.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1150.96 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 82.64 g; WW: 34.47 Por; Potas: 4039.68 mg; Wapń: 537.77 mg; Fosfor: 1321.44 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 362.83 mg;

piątek 2025-02-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.77 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz ogółem: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 300.55 g; Kw. tł. nasycone: 8.02 g; Sól: 5.56 g; Sód: 1408.01 mg; Błonnik: 40.15 g; W tym cukry: 54.92 g; WW: 30.11 Por; Potas: 3691.37 mg; Wapń: 579.28 mg; Fosfor: 1605.27 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 414.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-14		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata maslowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (RYB), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1811.87 kcal; Białko ogółem: 55.94 g; Tłuszcz ogółem: 51.50 g; Węglowodany ogółem: 286.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.60 g; Sól: 2.82 g; Sód: 261.39 mg; Błonnik: 24.15 g; W tym cukry: 65.81 g; WW: 28.76 Por; Potas: 3183.37 mg; Wapń: 154.68 mg; Fosfor: 725.97 mg; Żelazo: 5.11 mg; Magnez: 231.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-14	Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny	
	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (mintaj) 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1767.71 kcal; Białko ogółem: 66.79 g; Tłuszcz ogółem: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 267.25 g; Kw. tł. nasycone: 3.67 g; Sól: 0.61 g; Sód: 236.01 mg; Błonnik: 25.47 g; W tym cukry: 13.50 g; WW: 26.77 Por; Potas: 2274.85 mg; Wapń: 143.70 mg; Fosfor: 833.18 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 213.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2633.11 kcal; Białko ogółem: 88.72 g; Tłuszcz ogółem: 75.12 g; Węglowodany ogółem: 348.04 g; Kw. tł. nasycone: 22.51 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2105.38 mg; Błonnik: 33.48 g; W tym cukry: 83.85 g; WW: 34.99 Por; Potas: 3305.15 mg; Wapń: 947.69 mg; Fosfor: 1296.44 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 326.33 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2202.59 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz ogółem: 67.03 g; Węglowodany ogółem: 279.99 g; Kw. tł. nasycone: 19.48 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2127.43 mg; Błonnik: 39.37 g; W tym cukry: 41.96 g; WW: 28.21 Por; Potas: 3278.31 mg; Wapń: 954.55 mg; Fosfor: 1407.36 mg; Żelazo: 13.92 mg; Magnez: 415.36 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2298.52 kcal; Białko ogółem: 76.56 g; Tłuszcz ogółem: 59.23 g; Węglowodany ogółem: 314.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.54 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1253.39 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 43.31 g; WW: 31.66 Por; Potas: 2839.28 mg; Wapń: 567.27 mg; Fosfor: 875.58 mg; Żelazo: 10.48 mg; Magnez: 212.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2191.02 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.04 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1929.92 kcal; Białko ogółem: 49.92 g; Tłuszcz ogółem: 57.57 g; Węglowodany ogółem: 257.68 g; Kw. tł. nasycone: 17.46 g; Sól: 2.44 g; Sód: 397.09 mg; Błonnik: 22.34 g; W tym cukry: 50.24 g; WW: 25.93 Por; Potas: 2442.18 mg; Wapń: 258.67 mg; Fosfor: 533.98 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 157.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,
---	--	--

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2265.42 kcal; Białko ogółem: 76.68 g; Tłuszcz ogółem: 58.51 g; Węglowodany ogółem: 316.13 g; Kw. tł. nasycone: 21.59 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2685.33 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz ogółem: 74.65 g; Węglowodany ogółem: 352.78 g; Kw. tł. nasycone: 29.01 g; Sól: 6.47 g; Sód: 1430.82 mg; Błonnik: 20.28 g; W tym cukry: 72.52 g; WW: 35.56 Por; Potas: 3355.11 mg; Wapń: 790.87 mg; Fosfor: 1259.51 mg; Żelazo: 12.38 mg; Magnez: 261.14 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.13 kcal; Białko ogółem: 74.68 g; Tłuszcz ogółem: 58.67 g; Węglowodany ogółem: 296.18 g; Kw. tł. nasycone: 19.91 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1246.12 mg; Błonnik: 17.77 g; W tym cukry: 61.06 g; WW: 29.82 Por; Potas: 2602.06 mg; Wapń: 515.48 mg; Fosfor: 842.07 mg; Żelazo: 9.73 mg; Magnez: 195.99 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1883.88 kcal; Białko ogółem: 50.44 g; Tłuszcz ogółem: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 247.15 g; Kw. tł. nasycone: 16.99 g; Sól: 2.40 g; Sód: 342.63 mg; Błonnik: 21.47 g; W tym cukry: 50.16 g; WW: 24.85 Por; Potas: 2383.16 mg; Wapń: 253.19 mg; Fosfor: 497.51 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 150.16 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1878.79 kcal; Białko ogółem: 68.79 g; Tłuszcz ogółem: 58.14 g; Węglowodany ogółem: 280.03 g; Kw. tł. nasycone: 10.87 g; Sól: 4.93 g; Sód: 997.34 mg; Błonnik: 19.78 g; W tym cukry: 58.06 g; WW: 28.25 Por; Potas: 2762.63 mg; Wapń: 286.17 mg; Fosfor: 644.48 mg; Żelazo: 11.03 mg; Magnez: 201.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet z kalafiora smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2153.14 kcal; Białko ogółem: 64.19 g; Tłuszcz ogółem: 55.67 g; Węglowodany ogółem: 312.57 g; Kw. tł. nasycone: 19.41 g; Sól: 5.15 g; Sód: 1915.63 mg; Błonnik: 31.96 g; W tym cukry: 69.63 g; WW: 31.50 Por; Potas: 2938.20 mg; Wapń: 917.39 mg; Fosfor: 1096.84 mg; Żelazo: 11.72 mg; Magnez: 283.88 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2260.77 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 317.31 g; Kw. tł. nasycone: 21.39 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1260.23 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 65.49 g; WW: 31.99 Por; Potas: 3020.35 mg; Wapń: 588.16 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 222.93 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2260.77 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 317.31 g; Kw. tł. nasycone: 21.39 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1260.23 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 65.49 g; WW: 31.99 Por; Potas: 3020.35 mg; Wapń: 588.16 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 222.93 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2191.02 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.04 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 100g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.34 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; Tłuszcz ogółem: 85.46 g; Węglowodany ogółem: 275.39 g; Kw. tł. nasycone: 38.90 g; Sól: 6.10 g; Sód: 1759.79 mg; Błonnik: 37.73 g; W tym cukry: 40.48 g; WW: 27.71 Por; Potas: 3531.48 mg; Wapń: 673.30 mg; Fosfor: 1321.18 mg; Żelazo: 14.44 mg; Magnez: 411.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1774.59 kcal; Białko ogółem: 51.46 g; Tłuszcz ogółem: 63.95 g; Węglowodany ogółem: 253.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.09 g; Sól: 2.89 g; Sód: 185.28 mg; Błonnik: 22.86 g; W tym cukry: 55.62 g; WW: 25.51 Por; Potas: 2490.15 mg; Wapń: 252.22 mg; Fosfor: 465.84 mg; Żelazo: 8.47 mg; Magnez: 159.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2633.11 kcal; Białko ogółem: 88.72 g; Tłuszcz ogółem: 75.12 g; Węglowodany ogółem: 348.04 g; Kw. tł. nasycone: 22.51 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2105.38 mg; Błonnik: 33.48 g; W tym cukry: 83.85 g; WW: 34.99 Por; Potas: 3305.15 mg; Wapń: 947.69 mg; Fosfor: 1296.44 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 326.33 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2202.59 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz ogółem: 67.03 g; Węglowodany ogółem: 279.99 g; Kw. tł. nasycone: 19.48 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2127.43 mg; Błonnik: 39.37 g; W tym cukry: 41.96 g; WW: 28.21 Por; Potas: 3278.31 mg; Wapń: 954.55 mg; Fosfor: 1407.36 mg; Żelazo: 13.92 mg; Magnez: 415.36 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2298.52 kcal; Białko ogółem: 76.56 g; Tłuszcz ogółem: 59.23 g; Węglowodany ogółem: 314.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.54 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1253.39 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 43.31 g; WW: 31.66 Por; Potas: 2839.28 mg; Wapń: 567.27 mg; Fosfor: 875.58 mg; Żelazo: 10.48 mg; Magnez: 212.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2191.02 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.04 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1929.92 kcal; Białko ogółem: 49.92 g; Tłuszcz ogółem: 57.57 g; Węglowodany ogółem: 257.68 g; Kw. tł. nasycone: 17.46 g; Sól: 2.44 g; Sód: 397.09 mg; Błonnik: 22.34 g; W tym cukry: 50.24 g; WW: 25.93 Por; Potas: 2442.18 mg; Wapń: 258.67 mg; Fosfor: 533.98 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 157.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2265.42 kcal; Białko ogółem: 76.68 g; Tłuszcz ogółem: 58.51 g; Węglowodany ogółem: 316.13 g; Kw. tł. nasycone: 21.59 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2685.33 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz ogółem: 74.65 g; Węglowodany ogółem: 352.78 g; Kw. tł. nasycone: 29.01 g; Sól: 6.47 g; Sód: 1430.82 mg; Błonnik: 20.28 g; W tym cukry: 72.52 g; WW: 35.56 Por; Potas: 3355.11 mg; Wapń: 790.87 mg; Fosfor: 1259.51 mg; Żelazo: 12.38 mg; Magnez: 261.14 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.13 kcal; Białko ogółem: 74.68 g; Tłuszcz ogółem: 58.67 g; Węglowodany ogółem: 296.18 g; Kw. tł. nasycone: 19.91 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1246.12 mg; Błonnik: 17.77 g; W tym cukry: 61.06 g; WW: 29.82 Por; Potas: 2602.06 mg; Wapń: 515.48 mg; Fosfor: 842.07 mg; Żelazo: 9.73 mg; Magnez: 195.99 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1883.88 kcal; Białko ogółem: 50.44 g; Tłuszcz ogółem: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 247.15 g; Kw. tł. nasycone: 16.99 g; Sól: 2.40 g; Sód: 342.63 mg; Błonnik: 21.47 g; W tym cukry: 50.16 g; WW: 24.85 Por; Potas: 2383.16 mg; Wapń: 253.19 mg; Fosfor: 497.51 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 150.16 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1878.79 kcal; Białko ogółem: 68.79 g; Tłuszcz ogółem: 58.14 g; Węglowodany ogółem: 280.03 g; Kw. tł. nasycone: 10.87 g; Sól: 4.93 g; Sód: 997.34 mg; Błonnik: 19.78 g; W tym cukry: 58.06 g; WW: 28.25 Por; Potas: 2762.63 mg; Wapń: 286.17 mg; Fosfor: 644.48 mg; Żelazo: 11.03 mg; Magnez: 201.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet z kalafiora smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2153.14 kcal; Białko ogółem: 64.19 g; Tłuszcz ogółem: 55.67 g; Węglowodany ogółem: 312.57 g; Kw. tł. nasycone: 19.41 g; Sól: 5.15 g; Sód: 1915.63 mg; Błonnik: 31.96 g; W tym cukry: 69.63 g; WW: 31.50 Por; Potas: 2938.20 mg; Wapń: 917.39 mg; Fosfor: 1096.84 mg; Żelazo: 11.72 mg; Magnez: 283.88 mg;

sobota 2025-02-15		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2260.77 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 317.31 g; Kw. tł. nasycone: 21.39 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1260.23 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 65.49 g; WW: 31.99 Por; Potas: 3020.35 mg; Wapń: 588.16 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 222.93 mg;

sobota 2025-02-15		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-02-15		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2260.77 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 317.31 g; Kw. tł. nasycone: 21.39 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1260.23 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 65.49 g; WW: 31.99 Por; Potas: 3020.35 mg; Wapń: 588.16 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 222.93 mg;

sobota 2025-02-15		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2191.02 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.04 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 100g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.34 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; Tłuszcz ogółem: 85.46 g; Węglowodany ogółem: 275.39 g; Kw. tł. nasycone: 38.90 g; Sól: 6.10 g; Sód: 1759.79 mg; Błonnik: 37.73 g; W tym cukry: 40.48 g; WW: 27.71 Por; Potas: 3531.48 mg; Wapń: 673.30 mg; Fosfor: 1321.18 mg; Żelazo: 14.44 mg; Magnez: 411.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1774.59 kcal; Białko ogółem: 51.46 g; Tłuszcz ogółem: 63.95 g; Węglowodany ogółem: 253.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.09 g; Sól: 2.89 g; Sód: 185.28 mg; Błonnik: 22.86 g; W tym cukry: 55.62 g; WW: 25.51 Por; Potas: 2490.15 mg; Wapń: 252.22 mg; Fosfor: 465.84 mg; Żelazo: 8.47 mg; Magnez: 159.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2633.11 kcal; Białko ogółem: 88.72 g; Tłuszcz ogółem: 75.12 g; Węglowodany ogółem: 348.04 g; Kw. tł. nasycone: 22.51 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2105.38 mg; Błonnik: 33.48 g; W tym cukry: 83.85 g; WW: 34.99 Por; Potas: 3305.15 mg; Wapń: 947.69 mg; Fosfor: 1296.44 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 326.33 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2202.59 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz ogółem: 67.03 g; Węglowodany ogółem: 279.99 g; Kw. tł. nasycone: 19.48 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2127.43 mg; Błonnik: 39.37 g; W tym cukry: 41.96 g; WW: 28.21 Por; Potas: 3278.31 mg; Wapń: 954.55 mg; Fosfor: 1407.36 mg; Żelazo: 13.92 mg; Magnez: 415.36 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2298.52 kcal; Białko ogółem: 76.56 g; Tłuszcz ogółem: 59.23 g; Węglowodany ogółem: 314.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.54 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1253.39 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 43.31 g; WW: 31.66 Por; Potas: 2839.28 mg; Wapń: 567.27 mg; Fosfor: 875.58 mg; Żelazo: 10.48 mg; Magnez: 212.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2191.02 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.04 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1929.92 kcal; Białko ogółem: 49.92 g; Tłuszcz ogółem: 57.57 g; Węglowodany ogółem: 257.68 g; Kw. tł. nasycone: 17.46 g; Sól: 2.44 g; Sód: 397.09 mg; Błonnik: 22.34 g; W tym cukry: 50.24 g; WW: 25.93 Por; Potas: 2442.18 mg; Wapń: 258.67 mg; Fosfor: 533.98 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 157.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet z kalafiora smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2153.14 kcal; Białko ogółem: 64.19 g; Tłuszcz ogółem: 55.67 g; Węglowodany ogółem: 312.57 g; Kw. tł. nasycone: 19.41 g; Sól: 5.15 g; Sód: 1915.63 mg; Błonnik: 31.96 g; W tym cukry: 69.63 g; WW: 31.50 Por; Potas: 2938.20 mg; Wapń: 917.39 mg; Fosfor: 1096.84 mg; Żelazo: 11.72 mg; Magnez: 283.88 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2260.77 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 317.31 g; Kw. tł. nasycone: 21.39 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1260.23 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 65.49 g; WW: 31.99 Por; Potas: 3020.35 mg; Wapń: 588.16 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 222.93 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2260.77 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 317.31 g; Kw. tł. nasycone: 21.39 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1260.23 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 65.49 g; WW: 31.99 Por; Potas: 3020.35 mg; Wapń: 588.16 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 222.93 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2191.02 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.04 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 100g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.34 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; Tłuszcz ogółem: 85.46 g; Węglowodany ogółem: 275.39 g; Kw. tł. nasycone: 38.90 g; Sól: 6.10 g; Sód: 1759.79 mg; Błonnik: 37.73 g; W tym cukry: 40.48 g; WW: 27.71 Por; Potas: 3531.48 mg; Wapń: 673.30 mg; Fosfor: 1321.18 mg; Żelazo: 14.44 mg; Magnez: 411.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykorია 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1774.59 kcal; Białko ogółem: 51.46 g; Tłuszcz ogółem: 63.95 g; Węglowodany ogółem: 253.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.09 g; Sól: 2.89 g; Sód: 185.28 mg; Błonnik: 22.86 g; W tym cukry: 55.62 g; WW: 25.51 Por; Potas: 2490.15 mg; Wapń: 252.22 mg; Fosfor: 465.84 mg; Żelazo: 8.47 mg; Magnez: 159.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2633.11 kcal; Białko ogółem: 88.72 g; Tłuszcz ogółem: 75.12 g; Węglowodany ogółem: 348.04 g; Kw. tł. nasycone: 22.51 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2105.38 mg; Błonnik: 33.48 g; W tym cukry: 83.85 g; WW: 34.99 Por; Potas: 3305.15 mg; Wapń: 947.69 mg; Fosfor: 1296.44 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 326.33 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2202.59 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz ogółem: 67.03 g; Węglowodany ogółem: 279.99 g; Kw. tł. nasycone: 19.48 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2127.43 mg; Błonnik: 39.37 g; W tym cukry: 41.96 g; WW: 28.21 Por; Potas: 3278.31 mg; Wapń: 954.55 mg; Fosfor: 1407.36 mg; Żelazo: 13.92 mg; Magnez: 415.36 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2298.52 kcal; Białko ogółem: 76.56 g; Tłuszcz ogółem: 59.23 g; Węglowodany ogółem: 314.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.54 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1253.39 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 43.31 g; WW: 31.66 Por; Potas: 2839.28 mg; Wapń: 567.27 mg; Fosfor: 875.58 mg; Żelazo: 10.48 mg; Magnez: 212.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2191.02 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.04 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1929.92 kcal; Białko ogółem: 49.92 g; Tłuszcz ogółem: 57.57 g; Węglowodany ogółem: 257.68 g; Kw. tł. nasycone: 17.46 g; Sól: 2.44 g; Sód: 397.09 mg; Błonnik: 22.34 g; W tym cukry: 50.24 g; WW: 25.93 Por; Potas: 2442.18 mg; Wapń: 258.67 mg; Fosfor: 533.98 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 157.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2265.42 kcal; Białko ogółem: 76.68 g; Tłuszcz ogółem: 58.51 g; Węglowodany ogółem: 316.13 g; Kw. tł. nasycone: 21.59 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2685.33 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz ogółem: 74.65 g; Węglowodany ogółem: 352.78 g; Kw. tł. nasycone: 29.01 g; Sól: 6.47 g; Sód: 1430.82 mg; Błonnik: 20.28 g; W tym cukry: 72.52 g; WW: 35.56 Por; Potas: 3355.11 mg; Wapń: 790.87 mg; Fosfor: 1259.51 mg; Żelazo: 12.38 mg; Magnez: 261.14 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.13 kcal; Białko ogółem: 74.68 g; Tłuszcz ogółem: 58.67 g; Węglowodany ogółem: 296.18 g; Kw. tł. nasycone: 19.91 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1246.12 mg; Błonnik: 17.77 g; W tym cukry: 61.06 g; WW: 29.82 Por; Potas: 2602.06 mg; Wapń: 515.48 mg; Fosfor: 842.07 mg; Żelazo: 9.73 mg; Magnez: 195.99 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1883.88 kcal; Białko ogółem: 50.44 g; Tłuszcz ogółem: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 247.15 g; Kw. tł. nasycone: 16.99 g; Sól: 2.40 g; Sód: 342.63 mg; Błonnik: 21.47 g; W tym cukry: 50.16 g; WW: 24.85 Por; Potas: 2383.16 mg; Wapń: 253.19 mg; Fosfor: 497.51 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 150.16 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1878.79 kcal; Białko ogółem: 68.79 g; Tłuszcz ogółem: 58.14 g; Węglowodany ogółem: 280.03 g; Kw. tł. nasycone: 10.87 g; Sól: 4.93 g; Sód: 997.34 mg; Błonnik: 19.78 g; W tym cukry: 58.06 g; WW: 28.25 Por; Potas: 2762.63 mg; Wapń: 286.17 mg; Fosfor: 644.48 mg; Żelazo: 11.03 mg; Magnez: 201.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 40g (MLE), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Kotlet z kalafiora smażony 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2153.14 kcal; Białko ogółem: 64.19 g; Tłuszcz ogółem: 55.67 g; Węglowodany ogółem: 312.57 g; Kw. tł. nasycone: 19.41 g; Sól: 5.15 g; Sód: 1915.63 mg; Błonnik: 31.96 g; W tym cukry: 69.63 g; WW: 31.50 Por; Potas: 2938.20 mg; Wapń: 917.39 mg; Fosfor: 1096.84 mg; Żelazo: 11.72 mg; Magnez: 283.88 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2260.77 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 317.31 g; Kw. tł. nasycone: 21.39 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1260.23 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 65.49 g; WW: 31.99 Por; Potas: 3020.35 mg; Wapń: 588.16 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 222.93 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2260.77 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 317.31 g; Kw. tł. nasycone: 21.39 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1260.23 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 65.49 g; WW: 31.99 Por; Potas: 3020.35 mg; Wapń: 588.16 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 222.93 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2191.02 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.04 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż brązowy na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.34 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; Tłuszcz ogółem: 85.46 g; Węglowodany ogółem: 275.39 g; Kw. tł. nasycone: 38.90 g; Sól: 6.10 g; Sód: 1759.79 mg; Błonnik: 37.73 g; W tym cukry: 40.48 g; WW: 27.71 Por; Potas: 3531.48 mg; Wapń: 673.30 mg; Fosfor: 1321.18 mg; Żelazo: 14.44 mg; Magnez: 411.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykorія 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1774.59 kcal; Białko ogółem: 51.46 g; Tłuszcz ogółem: 63.95 g; Węglowodany ogółem: 253.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.09 g; Sól: 2.89 g; Sód: 185.28 mg; Błonnik: 22.86 g; W tym cukry: 55.62 g; WW: 25.51 Por; Potas: 2490.15 mg; Wapń: 252.22 mg; Fosfor: 465.84 mg; Żelazo: 8.47 mg; Magnez: 159.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2633.11 kcal; Białko ogółem: 88.72 g; Tłuszcz ogółem: 75.12 g; Węglowodany ogółem: 348.04 g; Kw. tł. nasycone: 22.51 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2105.38 mg; Błonnik: 33.48 g; W tym cukry: 83.85 g; WW: 34.99 Por; Potas: 3305.15 mg; Wapń: 947.69 mg; Fosfor: 1296.44 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 326.33 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2202.59 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz ogółem: 67.03 g; Węglowodany ogółem: 279.99 g; Kw. tł. nasycone: 19.48 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2127.43 mg; Błonnik: 39.37 g; W tym cukry: 41.96 g; WW: 28.21 Por; Potas: 3278.31 mg; Wapń: 954.55 mg; Fosfor: 1407.36 mg; Żelazo: 13.92 mg; Magnez: 415.36 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2298.52 kcal; Białko ogółem: 76.56 g; Tłuszcz ogółem: 59.23 g; Węglowodany ogółem: 314.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.54 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1253.39 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 43.31 g; WW: 31.66 Por; Potas: 2839.28 mg; Wapń: 567.27 mg; Fosfor: 875.58 mg; Żelazo: 10.48 mg; Magnez: 212.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2191.02 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.04 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1929.92 kcal; Białko ogółem: 49.92 g; Tłuszcz ogółem: 57.57 g; Węglowodany ogółem: 257.68 g; Kw. tł. nasycone: 17.46 g; Sól: 2.44 g; Sód: 397.09 mg; Błonnik: 22.34 g; W tym cukry: 50.24 g; WW: 25.93 Por; Potas: 2442.18 mg; Wapń: 258.67 mg; Fosfor: 533.98 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 157.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),		Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-02-15			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2265.42 kcal; Białko ogółem: 76.68 g; Tłuszcz ogółem: 58.51 g; Węglowodany ogółem: 316.13 g; Kw. tł. nasycone: 21.59 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2685.33 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz ogółem: 74.65 g; Węglowodany ogółem: 352.78 g; Kw. tł. nasycone: 29.01 g; Sól: 6.47 g; Sód: 1430.82 mg; Błonnik: 20.28 g; W tym cukry: 72.52 g; WW: 35.56 Por; Potas: 3355.11 mg; Wapń: 790.87 mg; Fosfor: 1259.51 mg; Żelazo: 12.38 mg; Magnez: 261.14 mg;

sobota 2025-02-15			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.13 kcal; Białko ogółem: 74.68 g; Tłuszcz ogółem: 58.67 g; Węglowodany ogółem: 296.18 g; Kw. tł. nasycone: 19.91 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1246.12 mg; Błonnik: 17.77 g; W tym cukry: 61.06 g; WW: 29.82 Por; Potas: 2602.06 mg; Wapń: 515.48 mg; Fosfor: 842.07 mg; Żelazo: 9.73 mg; Magnez: 195.99 mg;

sobota 2025-02-15			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1883.88 kcal; Białko ogółem: 50.44 g; Tłuszcz ogółem: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 247.15 g; Kw. tł. nasycone: 16.99 g; Sól: 2.40 g; Sód: 342.63 mg; Błonnik: 21.47 g; W tym cukry: 50.16 g; WW: 24.85 Por; Potas: 2383.16 mg; Wapń: 253.19 mg; Fosfor: 497.51 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 150.16 mg;

sobota 2025-02-15			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1878.79 kcal; Białko ogółem: 68.79 g; Tłuszcz ogółem: 58.14 g; Węglowodany ogółem: 280.03 g; Kw. tł. nasycone: 10.87 g; Sól: 4.93 g; Sód: 997.34 mg; Błonnik: 19.78 g; W tym cukry: 58.06 g; WW: 28.25 Por; Potas: 2762.63 mg; Wapń: 286.17 mg; Fosfor: 644.48 mg; Żelazo: 11.03 mg; Magnez: 201.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet z kalafiora smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2153.14 kcal; Białko ogółem: 64.19 g; Tłuszcz ogółem: 55.67 g; Węglowodany ogółem: 312.57 g; Kw. tł. nasycone: 19.41 g; Sól: 5.15 g; Sód: 1915.63 mg; Błonnik: 31.96 g; W tym cukry: 69.63 g; WW: 31.50 Por; Potas: 2938.20 mg; Wapń: 917.39 mg; Fosfor: 1096.84 mg; Żelazo: 11.72 mg; Magnez: 283.88 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2260.77 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 317.31 g; Kw. tł. nasycone: 21.39 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1260.23 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 65.49 g; WW: 31.99 Por; Potas: 3020.35 mg; Wapń: 588.16 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 222.93 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2260.77 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 317.31 g; Kw. tł. nasycone: 21.39 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1260.23 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 65.49 g; WW: 31.99 Por; Potas: 3020.35 mg; Wapń: 588.16 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 222.93 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2191.02 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.04 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 100g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.34 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; Tłuszcz ogółem: 85.46 g; Węglowodany ogółem: 275.39 g; Kw. tł. nasycone: 38.90 g; Sól: 6.10 g; Sód: 1759.79 mg; Błonnik: 37.73 g; W tym cukry: 40.48 g; WW: 27.71 Por; Potas: 3531.48 mg; Wapń: 673.30 mg; Fosfor: 1321.18 mg; Żelazo: 14.44 mg; Magnez: 411.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1774.59 kcal; Białko ogółem: 51.46 g; Tłuszcz ogółem: 63.95 g; Węglowodany ogółem: 253.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.09 g; Sól: 2.89 g; Sód: 185.28 mg; Błonnik: 22.86 g; W tym cukry: 55.62 g; WW: 25.51 Por; Potas: 2490.15 mg; Wapń: 252.22 mg; Fosfor: 465.84 mg; Żelazo: 8.47 mg; Magnez: 159.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2633.11 kcal; Białko ogółem: 88.72 g; Tłuszcz ogółem: 75.12 g; Węglowodany ogółem: 348.04 g; Kw. tł. nasycone: 22.51 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2105.38 mg; Błonnik: 33.48 g; W tym cukry: 83.85 g; WW: 34.99 Por; Potas: 3305.15 mg; Wapń: 947.69 mg; Fosfor: 1296.44 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 326.33 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2202.59 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz ogółem: 67.03 g; Węglowodany ogółem: 279.99 g; Kw. tł. nasycone: 19.48 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2127.43 mg; Błonnik: 39.37 g; W tym cukry: 41.96 g; WW: 28.21 Por; Potas: 3278.31 mg; Wapń: 954.55 mg; Fosfor: 1407.36 mg; Żelazo: 13.92 mg; Magnez: 415.36 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2298.52 kcal; Białko ogółem: 76.56 g; Tłuszcz ogółem: 59.23 g; Węglowodany ogółem: 314.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.54 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1253.39 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 43.31 g; WW: 31.66 Por; Potas: 2839.28 mg; Wapń: 567.27 mg; Fosfor: 875.58 mg; Żelazo: 10.48 mg; Magnez: 212.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2191.02 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.04 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykorja 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1929.92 kcal; Białko ogółem: 49.92 g; Tłuszcz ogółem: 57.57 g; Węglowodany ogółem: 257.68 g; Kw. tł. nasycone: 17.46 g; Sól: 2.44 g; Sód: 397.09 mg; Błonnik: 22.34 g; W tym cukry: 50.24 g; WW: 25.93 Por; Potas: 2442.18 mg; Wapń: 258.67 mg; Fosfor: 533.98 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 157.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),		Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-02-15			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2265.42 kcal; Białko ogółem: 76.68 g; Tłuszcz ogółem: 58.51 g; Węglowodany ogółem: 316.13 g; Kw. tł. nasycone: 21.59 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2685.33 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz ogółem: 74.65 g; Węglowodany ogółem: 352.78 g; Kw. tł. nasycone: 29.01 g; Sól: 6.47 g; Sód: 1430.82 mg; Błonnik: 20.28 g; W tym cukry: 72.52 g; WW: 35.56 Por; Potas: 3355.11 mg; Wapń: 790.87 mg; Fosfor: 1259.51 mg; Żelazo: 12.38 mg; Magnez: 261.14 mg;

sobota 2025-02-15			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.13 kcal; Białko ogółem: 74.68 g; Tłuszcz ogółem: 58.67 g; Węglowodany ogółem: 296.18 g; Kw. tł. nasycone: 19.91 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1246.12 mg; Błonnik: 17.77 g; W tym cukry: 61.06 g; WW: 29.82 Por; Potas: 2602.06 mg; Wapń: 515.48 mg; Fosfor: 842.07 mg; Żelazo: 9.73 mg; Magnez: 195.99 mg;

sobota 2025-02-15			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1883.88 kcal; Białko ogółem: 50.44 g; Tłuszcz ogółem: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 247.15 g; Kw. tł. nasycone: 16.99 g; Sól: 2.40 g; Sód: 342.63 mg; Błonnik: 21.47 g; W tym cukry: 50.16 g; WW: 24.85 Por; Potas: 2383.16 mg; Wapń: 253.19 mg; Fosfor: 497.51 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 150.16 mg;

sobota 2025-02-15			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykoria 20g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1878.79 kcal; Białko ogółem: 68.79 g; Tłuszcz ogółem: 58.14 g; Węglowodany ogółem: 280.03 g; Kw. tł. nasycone: 10.87 g; Sól: 4.93 g; Sód: 997.34 mg; Błonnik: 19.78 g; W tym cukry: 58.06 g; WW: 28.25 Por; Potas: 2762.63 mg; Wapń: 286.17 mg; Fosfor: 644.48 mg; Żelazo: 11.03 mg; Magnez: 201.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet z kalafiora smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sytko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompót owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2153.14 kcal; Białko ogółem: 64.19 g; Tłuszcz ogółem: 55.67 g; Węglowodany ogółem: 312.57 g; Kw. tł. nasycone: 19.41 g; Sól: 5.15 g; Sód: 1915.63 mg; Błonnik: 31.96 g; W tym cukry: 69.63 g; WW: 31.50 Por; Potas: 2938.20 mg; Wapń: 917.39 mg; Fosfor: 1096.84 mg; Żelazo: 11.72 mg; Magnez: 283.88 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sytko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompót owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2260.77 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 317.31 g; Kw. tł. nasycone: 21.39 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1260.23 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 65.49 g; WW: 31.99 Por; Potas: 3020.35 mg; Wapń: 588.16 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 222.93 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompót owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sytko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompót owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2260.77 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 317.31 g; Kw. tł. nasycone: 21.39 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1260.23 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 65.49 g; WW: 31.99 Por; Potas: 3020.35 mg; Wapń: 588.16 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 222.93 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sytko 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompót owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2191.02 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; Kw. tł. nasycone: 21.04 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1256.59 mg; Błonnik: 21.14 g; W tym cukry: 64.89 g; WW: 31.86 Por; Potas: 3002.68 mg; Wapń: 583.67 mg; Fosfor: 895.98 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 221.68 mg;

sobota 2025-02-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Cykoria 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż brązowy na sytko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompót owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 100g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.34 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; Tłuszcz ogółem: 85.46 g; Węglowodany ogółem: 275.39 g; Kw. tł. nasycone: 38.90 g; Sól: 6.10 g; Sód: 1759.79 mg; Błonnik: 37.73 g; W tym cukry: 40.48 g; WW: 27.71 Por; Potas: 3531.48 mg; Wapń: 673.30 mg; Fosfor: 1321.18 mg; Żelazo: 14.44 mg; Magnez: 411.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-15		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Cykorія 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1774.59 kcal; Białko ogółem: 51.46 g; Tłuszcz ogółem: 63.95 g; Węglowodany ogółem: 253.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.09 g; Sól: 2.89 g; Sód: 185.28 mg; Błonnik: 22.86 g; W tym cukry: 55.62 g; WW: 25.51 Por; Potas: 2490.15 mg; Wapń: 252.22 mg; Fosfor: 465.84 mg; Żelazo: 8.47 mg; Magnez: 159.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml , Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 20g , Herbata z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2657.30 kcal; Białko ogółem: 80.92 g; Tłuszcz ogółem: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 367.68 g; Kw. tł. nasycone: 24.54 g; Sól: 5.06 g; Sód: 1594.75 mg; Błonnik: 38.76 g; W tym cukry: 97.72 g; WW: 36.73 Por; Potas: 4036.33 mg; Wapń: 605.22 mg; Fosfor: 1271.03 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 320.09 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2294.00 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz ogółem: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 290.83 g; Kw. tł. nasycone: 22.41 g; Sól: 5.77 g; Sód: 1624.45 mg; Błonnik: 41.72 g; W tym cukry: 50.71 g; WW: 29.08 Por; Potas: 4048.08 mg; Wapń: 601.52 mg; Fosfor: 1306.78 mg; Żelazo: 12.25 mg; Magnez: 346.54 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt, Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2500.52 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz ogółem: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Kw. tł. nasycone: 23.42 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt, Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2426.12 kcal; Białko ogółem: 73.62 g; Tłuszcz ogółem: 72.91 g; Węglowodany ogółem: 344.72 g; Kw. tł. nasycone: 22.87 g; Sól: 3.67 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt, Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.62 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz ogółem: 75.08 g; Węglowodany ogółem: 289.54 g; Kw. tł. nasycone: 20.85 g; Sól: 1.49 g; Sód: 455.59 mg; Błonnik: 24.26 g; W tym cukry: 56.30 g; WW: 29.07 Por; Potas: 2619.34 mg; Wapń: 187.41 mg; Fosfor: 597.14 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 148.78 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyń) 300ml (<i>MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 100ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.27 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz ogółem: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 299.03 g; Kw. tł. nasycone: 18.52 g; Sól: 1.40 g; Sód: 490.21 mg; Błonnik: 17.31 g; W tym cukry: 88.22 g; WW: 30.21 Por; Potas: 4005.20 mg; Wapń: 692.66 mg; Fosfor: 1335.43 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 269.49 mg;

niedziela 2025-02-16Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt, Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2500.52 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz ogółem: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Kw. tł. nasycone: 23.42 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 400ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Twaróg 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (SOJ, MLE), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2797.40 kcal; Białko ogółem: 103.90 g; Tłuszcz ogółem: 98.60 g; Węglowodany ogółem: 333.24 g; Kw. tł. nasycone: 35.78 g; Sól: 5.31 g; Sód: 1560.07 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 78.72 g; WW: 33.50 Por; Potas: 3483.33 mg; Wapń: 719.67 mg; Fosfor: 1325.77 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 241.38 mg;

niedziela 2025-02-16Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.93 kcal; Białko ogółem: 63.47 g; Tłuszcz ogółem: 68.88 g; Węglowodany ogółem: 293.15 g; Kw. tł. nasycone: 18.76 g; Sól: 3.38 g; Sód: 1209.51 mg; Błonnik: 19.85 g; W tym cukry: 57.28 g; WW: 29.47 Por; Potas: 2699.52 mg; Wapń: 212.82 mg; Fosfor: 734.43 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 180.70 mg;

niedziela 2025-02-16Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z b/glu makaronem 300ml (SEL), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona b/maki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.57 kcal; Białko ogółem: 53.80 g; Tłuszcz ogółem: 79.95 g; Węglowodany ogółem: 322.90 g; Kw. tł. nasycone: 22.23 g; Sól: 1.79 g; Sód: 572.89 mg; Błonnik: 24.91 g; W tym cukry: 68.83 g; WW: 32.40 Por; Potas: 2980.54 mg; Wapń: 464.96 mg; Fosfor: 787.99 mg; Żelazo: 5.19 mg; Magnez: 171.57 mg;

niedziela 2025-02-16Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (GLU, JAJ, SEL), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.17 kcal; Białko ogółem: 69.12 g; Tłuszcz ogółem: 74.36 g; Węglowodany ogółem: 309.50 g; Kw. tł. nasycone: 12.72 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1180.59 mg; Błonnik: 22.37 g; W tym cukry: 59.10 g; WW: 31.18 Por; Potas: 2927.09 mg; Wapń: 189.31 mg; Fosfor: 716.94 mg; Żelazo: 7.95 mg; Magnez: 191.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2295.48 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz ogółem: 76.41 g; Węglowodany ogółem: 282.11 g; Kw. tł. nasycone: 22.30 g; Sól: 5.98 g; Sód: 1580.19 mg; Błonnik: 36.05 g; W tym cukry: 46.63 g; WW: 28.35 Por; Potas: 3648.94 mg; Wapń: 560.91 mg; Fosfor: 1253.34 mg; Żelazo: 11.11 mg; Magnez: 334.68 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z b/glu makaronem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2077.17 kcal; Białko ogółem: 46.16 g; Tłuszcz ogółem: 81.07 g; Węglowodany ogółem: 293.24 g; Kw. tł. nasycone: 13.25 g; Sól: 2.92 g; Sód: 300.29 mg; Błonnik: 25.32 g; W tym cukry: 56.16 g; WW: 29.48 Por; Potas: 2576.19 mg; Wapń: 141.86 mg; Fosfor: 478.64 mg; Żelazo: 4.65 mg; Magnez: 134.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml , Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 20g , Herbata z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2657.30 kcal; Białko ogółem: 80.92 g; Tłuszcz ogółem: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 367.68 g; Kw. tł. nasycone: 24.54 g; Sól: 5.06 g; Sód: 1594.75 mg; Błonnik: 38.76 g; W tym cukry: 97.72 g; WW: 36.73 Por; Potas: 4036.33 mg; Wapń: 605.22 mg; Fosfor: 1271.03 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 320.09 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2294.00 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz ogółem: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 290.83 g; Kw. tł. nasycone: 22.41 g; Sól: 5.77 g; Sód: 1624.45 mg; Błonnik: 41.72 g; W tym cukry: 50.71 g; WW: 29.08 Por; Potas: 4048.08 mg; Wapń: 601.52 mg; Fosfor: 1306.78 mg; Żelazo: 12.25 mg; Magnez: 346.54 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2500.52 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz ogółem: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Kw. tł. nasycone: 23.42 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2426.12 kcal; Białko ogółem: 73.62 g; Tłuszcz ogółem: 72.91 g; Węglowodany ogółem: 344.72 g; Kw. tł. nasycone: 22.87 g; Sól: 3.67 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.62 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz ogółem: 75.08 g; Węglowodany ogółem: 289.54 g; Kw. tł. nasycone: 20.85 g; Sól: 1.49 g; Sód: 455.59 mg; Błonnik: 24.26 g; W tym cukry: 56.30 g; WW: 29.07 Por; Potas: 2619.34 mg; Wapń: 187.41 mg; Fosfor: 597.14 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 148.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>MLE</i>),		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.bydyniu) 100ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.27 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz ogółem: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 299.03 g; Kw. tł. nasycone: 18.52 g; Sól: 1.40 g; Sód: 490.21 mg; Błonnik: 17.31 g; W tym cukry: 88.22 g; WW: 30.21 Por; Potas: 4005.20 mg; Wapń: 692.66 mg; Fosfor: 1335.43 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 269.49 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2500.52 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz ogółem: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Kw. tł. nasycone: 23.42 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 400ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2797.40 kcal; Białko ogółem: 103.90 g; Tłuszcz ogółem: 98.60 g; Węglowodany ogółem: 333.24 g; Kw. tł. nasycone: 35.78 g; Sól: 5.31 g; Sód: 1560.07 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 78.72 g; WW: 33.50 Por; Potas: 3483.33 mg; Wapń: 719.67 mg; Fosfor: 1325.77 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 241.38 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.93 kcal; Białko ogółem: 63.47 g; Tłuszcz ogółem: 68.88 g; Węglowodany ogółem: 293.15 g; Kw. tł. nasycone: 18.76 g; Sól: 3.38 g; Sód: 1209.51 mg; Błonnik: 19.85 g; W tym cukry: 57.28 g; WW: 29.47 Por; Potas: 2699.52 mg; Wapń: 212.82 mg; Fosfor: 734.43 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 180.70 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z b/glu makaronem 300ml (<i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.57 kcal; Białko ogółem: 53.80 g; Tłuszcz ogółem: 79.95 g; Węglowodany ogółem: 322.90 g; Kw. tł. nasycone: 22.23 g; Sól: 1.79 g; Sód: 572.89 mg; Błonnik: 24.91 g; W tym cukry: 68.83 g; WW: 32.40 Por; Potas: 2980.54 mg; Wapń: 464.96 mg; Fosfor: 787.99 mg; Żelazo: 5.19 mg; Magnez: 171.57 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,	
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.17 kcal; Białko ogółem: 69.12 g; Tłuszcz ogółem: 74.36 g; Węglowodany ogółem: 309.50 g; Kw. tł. nasycone: 12.72 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1180.59 mg; Błonnik: 22.37 g; W tym cukry: 59.10 g; WW: 31.18 Por; Potas: 2927.09 mg; Wapń: 189.31 mg; Fosfor: 716.94 mg; Żelazo: 7.95 mg; Magnez: 191.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2295.48 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz ogółem: 76.41 g; Węglowodany ogółem: 282.11 g; Kw. tł. nasycone: 22.30 g; Sól: 5.98 g; Sód: 1580.19 mg; Błonnik: 36.05 g; W tym cukry: 46.63 g; WW: 28.35 Por; Potas: 3648.94 mg; Wapń: 560.91 mg; Fosfor: 1253.34 mg; Żelazo: 11.11 mg; Magnez: 334.68 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z b/glu makaronem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata maslowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2077.17 kcal; Białko ogółem: 46.16 g; Tłuszcz ogółem: 81.07 g; Węglowodany ogółem: 293.24 g; Kw. tł. nasycone: 13.25 g; Sól: 2.92 g; Sód: 300.29 mg; Błonnik: 25.32 g; W tym cukry: 56.16 g; WW: 29.48 Por; Potas: 2576.19 mg; Wapń: 141.86 mg; Fosfor: 478.64 mg; Żelazo: 4.65 mg; Magnez: 134.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml , Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 20g , Herbata z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2657.30 kcal; Białko ogółem: 80.92 g; Tłuszcz ogółem: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 367.68 g; Kw. tł. nasycone: 24.54 g; Sól: 5.06 g; Sód: 1594.75 mg; Błonnik: 38.76 g; W tym cukry: 97.72 g; WW: 36.73 Por; Potas: 4036.33 mg; Wapń: 605.22 mg; Fosfor: 1271.03 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 320.09 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2294.00 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz ogółem: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 290.83 g; Kw. tł. nasycone: 22.41 g; Sól: 5.77 g; Sód: 1624.45 mg; Błonnik: 41.72 g; W tym cukry: 50.71 g; WW: 29.08 Por; Potas: 4048.08 mg; Wapń: 601.52 mg; Fosfor: 1306.78 mg; Żelazo: 12.25 mg; Magnez: 346.54 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2500.52 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz ogółem: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Kw. tł. nasycone: 23.42 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2426.12 kcal; Białko ogółem: 73.62 g; Tłuszcz ogółem: 72.91 g; Węglowodany ogółem: 344.72 g; Kw. tł. nasycone: 22.87 g; Sól: 3.67 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.62 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz ogółem: 75.08 g; Węglowodany ogółem: 289.54 g; Kw. tł. nasycone: 20.85 g; Sól: 1.49 g; Sód: 455.59 mg; Błonnik: 24.26 g; W tym cukry: 56.30 g; WW: 29.07 Por; Potas: 2619.34 mg; Wapń: 187.41 mg; Fosfor: 597.14 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 148.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>MLE</i>),		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),		Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.bydyniu) 100ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	
Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.27 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz ogółem: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 299.03 g; Kw. tł. nasycone: 18.52 g; Sól: 1.40 g; Sód: 490.21 mg; Błonnik: 17.31 g; W tym cukry: 88.22 g; WW: 30.21 Por; Potas: 4005.20 mg; Wapń: 692.66 mg; Fosfor: 1335.43 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 269.49 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2500.52 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz ogółem: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Kw. tł. nasycone: 23.42 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z ryżem 400ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2797.40 kcal; Białko ogółem: 103.90 g; Tłuszcz ogółem: 98.60 g; Węglowodany ogółem: 333.24 g; Kw. tł. nasycone: 35.78 g; Sól: 5.31 g; Sód: 1560.07 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 78.72 g; WW: 33.50 Por; Potas: 3483.33 mg; Wapń: 719.67 mg; Fosfor: 1325.77 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 241.38 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.93 kcal; Białko ogółem: 63.47 g; Tłuszcz ogółem: 68.88 g; Węglowodany ogółem: 293.15 g; Kw. tł. nasycone: 18.76 g; Sól: 3.38 g; Sód: 1209.51 mg; Błonnik: 19.85 g; W tym cukry: 57.28 g; WW: 29.47 Por; Potas: 2699.52 mg; Wapń: 212.82 mg; Fosfor: 734.43 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 180.70 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z b/glu makaronem 300ml (<i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.57 kcal; Białko ogółem: 53.80 g; Tłuszcz ogółem: 79.95 g; Węglowodany ogółem: 322.90 g; Kw. tł. nasycone: 22.23 g; Sól: 1.79 g; Sód: 572.89 mg; Błonnik: 24.91 g; W tym cukry: 68.83 g; WW: 32.40 Por; Potas: 2980.54 mg; Wapń: 464.96 mg; Fosfor: 787.99 mg; Żelazo: 5.19 mg; Magnez: 171.57 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.17 kcal; Białko ogółem: 69.12 g; Tłuszcz ogółem: 74.36 g; Węglowodany ogółem: 309.50 g; Kw. tł. nasycone: 12.72 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1180.59 mg; Błonnik: 22.37 g; W tym cukry: 59.10 g; WW: 31.18 Por; Potas: 2927.09 mg; Wapń: 189.31 mg; Fosfor: 716.94 mg; Żelazo: 7.95 mg; Magnez: 191.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml , Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2515.46 kcal; Białko ogółem: 66.92 g; Tłuszcz ogółem: 72.91 g; Węglowodany ogółem: 364.34 g; Kw. tł. nasycone: 22.23 g; Sól: 5.04 g; Sód: 1362.87 mg; Błonnik: 36.38 g; W tym cukry: 88.09 g; WW: 36.44 Por; Potas: 3619.23 mg; Wapń: 582.40 mg; Fosfor: 1013.15 mg; Żelazo: 10.07 mg; Magnez: 274.95 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze b/soli 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.07 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz ogółem: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 347.57 g; Kw. tł. nasycone: 23.43 g; Sól: 3.72 g; Sód: 1347.32 mg; Błonnik: 22.53 g; W tym cukry: 72.42 g; WW: 34.97 Por; Potas: 3326.04 mg; Wapń: 532.11 mg; Fosfor: 1023.49 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 224.92 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 250ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2515.02 kcal; Białko ogółem: 107.01 g; Tłuszcz ogółem: 73.68 g; Węglowodany ogółem: 299.70 g; Kw. tł. nasycone: 24.70 g; Sól: 1.83 g; Sód: 568.93 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 96.64 g; WW: 30.29 Por; Potas: 4249.23 mg; Wapń: 903.36 mg; Fosfor: 1485.23 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 290.06 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze b/soli 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.07 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz ogółem: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 347.57 g; Kw. tł. nasycone: 23.43 g; Sól: 3.72 g; Sód: 1347.32 mg; Błonnik: 22.53 g; W tym cukry: 72.42 g; WW: 34.97 Por; Potas: 3326.04 mg; Wapń: 532.11 mg; Fosfor: 1023.49 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 224.92 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2346.62 kcal; Białko ogółem: 73.52 g; Tłuszcz ogółem: 72.91 g; Węglowodany ogółem: 324.97 g; Kw. tł. nasycone: 22.87 g; Sól: 3.67 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 32.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2295.48 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz ogółem: 76.41 g; Węglowodany ogółem: 282.11 g; Kw. tł. nasycone: 22.30 g; Sól: 5.98 g; Sód: 1580.19 mg; Błonnik: 36.05 g; W tym cukry: 46.63 g; WW: 28.35 Por; Potas: 3648.94 mg; Wapń: 560.91 mg; Fosfor: 1253.34 mg; Żelazo: 11.11 mg; Magnez: 334.68 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z b/glu makaronem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata maslowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata maslowa 10g ,		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2077.17 kcal; Białko ogółem: 46.16 g; Tłuszcz ogółem: 81.07 g; Węglowodany ogółem: 293.24 g; Kw. tł. nasycone: 13.25 g; Sól: 2.92 g; Sód: 300.29 mg; Błonnik: 25.32 g; W tym cukry: 56.16 g; WW: 29.48 Por; Potas: 2576.19 mg; Wapń: 141.86 mg; Fosfor: 478.64 mg; Żelazo: 4.65 mg; Magnez: 134.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml , Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 20g , Herbata z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2657.30 kcal; Białko ogółem: 80.92 g; Tłuszcz ogółem: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 367.68 g; Kw. tł. nasycone: 24.54 g; Sól: 5.06 g; Sód: 1594.75 mg; Błonnik: 38.76 g; W tym cukry: 97.72 g; WW: 36.73 Por; Potas: 4036.33 mg; Wapń: 605.22 mg; Fosfor: 1271.03 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 320.09 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2294.00 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz ogółem: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 290.83 g; Kw. tł. nasycone: 22.41 g; Sól: 5.77 g; Sód: 1624.45 mg; Błonnik: 41.72 g; W tym cukry: 50.71 g; WW: 29.08 Por; Potas: 4048.08 mg; Wapń: 601.52 mg; Fosfor: 1306.78 mg; Żelazo: 12.25 mg; Magnez: 346.54 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2500.52 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz ogółem: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Kw. tł. nasycone: 23.42 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2426.12 kcal; Białko ogółem: 73.62 g; Tłuszcz ogółem: 72.91 g; Węglowodany ogółem: 344.72 g; Kw. tł. nasycone: 22.87 g; Sól: 3.67 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.62 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz ogółem: 75.08 g; Węglowodany ogółem: 289.54 g; Kw. tł. nasycone: 20.85 g; Sól: 1.49 g; Sód: 455.59 mg; Błonnik: 24.26 g; W tym cukry: 56.30 g; WW: 29.07 Por; Potas: 2619.34 mg; Wapń: 187.41 mg; Fosfor: 597.14 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 148.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>MLE</i>),		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.bydyniu) 100ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.27 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz ogółem: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 299.03 g; Kw. tł. nasycone: 18.52 g; Sól: 1.40 g; Sód: 490.21 mg; Błonnik: 17.31 g; W tym cukry: 88.22 g; WW: 30.21 Por; Potas: 4005.20 mg; Wapń: 692.66 mg; Fosfor: 1335.43 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 269.49 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2500.52 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz ogółem: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Kw. tł. nasycone: 23.42 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 400ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2797.40 kcal; Białko ogółem: 103.90 g; Tłuszcz ogółem: 98.60 g; Węglowodany ogółem: 333.24 g; Kw. tł. nasycone: 35.78 g; Sól: 5.31 g; Sód: 1560.07 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 78.72 g; WW: 33.50 Por; Potas: 3483.33 mg; Wapń: 719.67 mg; Fosfor: 1325.77 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 241.38 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.93 kcal; Białko ogółem: 63.47 g; Tłuszcz ogółem: 68.88 g; Węglowodany ogółem: 293.15 g; Kw. tł. nasycone: 18.76 g; Sól: 3.38 g; Sód: 1209.51 mg; Błonnik: 19.85 g; W tym cukry: 57.28 g; WW: 29.47 Por; Potas: 2699.52 mg; Wapń: 212.82 mg; Fosfor: 734.43 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 180.70 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z b/glu makaronem 300ml (<i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.57 kcal; Białko ogółem: 53.80 g; Tłuszcz ogółem: 79.95 g; Węglowodany ogółem: 322.90 g; Kw. tł. nasycone: 22.23 g; Sól: 1.79 g; Sód: 572.89 mg; Błonnik: 24.91 g; W tym cukry: 68.83 g; WW: 32.40 Por; Potas: 2980.54 mg; Wapń: 464.96 mg; Fosfor: 787.99 mg; Żelazo: 5.19 mg; Magnez: 171.57 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,	
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.17 kcal; Białko ogółem: 69.12 g; Tłuszcz ogółem: 74.36 g; Węglowodany ogółem: 309.50 g; Kw. tł. nasycone: 12.72 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1180.59 mg; Błonnik: 22.37 g; W tym cukry: 59.10 g; WW: 31.18 Por; Potas: 2927.09 mg; Wapń: 189.31 mg; Fosfor: 716.94 mg; Żelazo: 7.95 mg; Magnez: 191.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-16Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2295.48 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz ogółem: 76.41 g; Węglowodany ogółem: 282.11 g; Kw. tł. nasycone: 22.30 g; Sól: 5.98 g; Sód: 1580.19 mg; Błonnik: 36.05 g; W tym cukry: 46.63 g; WW: 28.35 Por; Potas: 3648.94 mg; Wapń: 560.91 mg; Fosfor: 1253.34 mg; Żelazo: 11.11 mg; Magnez: 334.68 mg;

niedziela 2025-02-16Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z b/glu makaronem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2077.17 kcal; Białko ogółem: 46.16 g; Tłuszcz ogółem: 81.07 g; Węglowodany ogółem: 293.24 g; Kw. tł. nasycone: 13.25 g; Sól: 2.92 g; Sód: 300.29 mg; Błonnik: 25.32 g; W tym cukry: 56.16 g; WW: 29.48 Por; Potas: 2576.19 mg; Wapń: 141.86 mg; Fosfor: 478.64 mg; Żelazo: 4.65 mg; Magnez: 134.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml , Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 20g , Herbata z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2657.30 kcal; Białko ogółem: 80.92 g; Tłuszcz ogółem: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 367.68 g; Kw. tł. nasycone: 24.54 g; Sól: 5.06 g; Sód: 1594.75 mg; Błonnik: 38.76 g; W tym cukry: 97.72 g; WW: 36.73 Por; Potas: 4036.33 mg; Wapń: 605.22 mg; Fosfor: 1271.03 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 320.09 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2294.00 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz ogółem: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 290.83 g; Kw. tł. nasycone: 22.41 g; Sól: 5.77 g; Sód: 1624.45 mg; Błonnik: 41.72 g; W tym cukry: 50.71 g; WW: 29.08 Por; Potas: 4048.08 mg; Wapń: 601.52 mg; Fosfor: 1306.78 mg; Żelazo: 12.25 mg; Magnez: 346.54 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2500.52 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz ogółem: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Kw. tł. nasycone: 23.42 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2426.12 kcal; Białko ogółem: 73.62 g; Tłuszcz ogółem: 72.91 g; Węglowodany ogółem: 344.72 g; Kw. tł. nasycone: 22.87 g; Sól: 3.67 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.62 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz ogółem: 75.08 g; Węglowodany ogółem: 289.54 g; Kw. tł. nasycone: 20.85 g; Sól: 1.49 g; Sód: 455.59 mg; Błonnik: 24.26 g; W tym cukry: 56.30 g; WW: 29.07 Por; Potas: 2619.34 mg; Wapń: 187.41 mg; Fosfor: 597.14 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 148.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>MLE</i>),		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.bydyniu) 100ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.27 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz ogółem: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 299.03 g; Kw. tł. nasycone: 18.52 g; Sól: 1.40 g; Sód: 490.21 mg; Błonnik: 17.31 g; W tym cukry: 88.22 g; WW: 30.21 Por; Potas: 4005.20 mg; Wapń: 692.66 mg; Fosfor: 1335.43 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 269.49 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2500.52 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz ogółem: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Kw. tł. nasycone: 23.42 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 400ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2797.40 kcal; Białko ogółem: 103.90 g; Tłuszcz ogółem: 98.60 g; Węglowodany ogółem: 333.24 g; Kw. tł. nasycone: 35.78 g; Sól: 5.31 g; Sód: 1560.07 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 78.72 g; WW: 33.50 Por; Potas: 3483.33 mg; Wapń: 719.67 mg; Fosfor: 1325.77 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 241.38 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.93 kcal; Białko ogółem: 63.47 g; Tłuszcz ogółem: 68.88 g; Węglowodany ogółem: 293.15 g; Kw. tł. nasycone: 18.76 g; Sól: 3.38 g; Sód: 1209.51 mg; Błonnik: 19.85 g; W tym cukry: 57.28 g; WW: 29.47 Por; Potas: 2699.52 mg; Wapń: 212.82 mg; Fosfor: 734.43 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 180.70 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z b/glu makaronem 300ml (<i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/małki 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.57 kcal; Białko ogółem: 53.80 g; Tłuszcz ogółem: 79.95 g; Węglowodany ogółem: 322.90 g; Kw. tł. nasycone: 22.23 g; Sól: 1.79 g; Sód: 572.89 mg; Błonnik: 24.91 g; W tym cukry: 68.83 g; WW: 32.40 Por; Potas: 2980.54 mg; Wapń: 464.96 mg; Fosfor: 787.99 mg; Żelazo: 5.19 mg; Magnez: 171.57 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,	
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.17 kcal; Białko ogółem: 69.12 g; Tłuszcz ogółem: 74.36 g; Węglowodany ogółem: 309.50 g; Kw. tł. nasycone: 12.72 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1180.59 mg; Błonnik: 22.37 g; W tym cukry: 59.10 g; WW: 31.18 Por; Potas: 2927.09 mg; Wapń: 189.31 mg; Fosfor: 716.94 mg; Żelazo: 7.95 mg; Magnez: 191.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2295.48 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz ogółem: 76.41 g; Węglowodany ogółem: 282.11 g; Kw. tł. nasycone: 22.30 g; Sól: 5.98 g; Sód: 1580.19 mg; Błonnik: 36.05 g; W tym cukry: 46.63 g; WW: 28.35 Por; Potas: 3648.94 mg; Wapń: 560.91 mg; Fosfor: 1253.34 mg; Żelazo: 11.11 mg; Magnez: 334.68 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z b/glu makaronem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2077.17 kcal; Białko ogółem: 46.16 g; Tłuszcz ogółem: 81.07 g; Węglowodany ogółem: 293.24 g; Kw. tł. nasycone: 13.25 g; Sól: 2.92 g; Sód: 300.29 mg; Błonnik: 25.32 g; W tym cukry: 56.16 g; WW: 29.48 Por; Potas: 2576.19 mg; Wapń: 141.86 mg; Fosfor: 478.64 mg; Żelazo: 4.65 mg; Magnez: 134.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml , Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 20g , Herbata z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2657.30 kcal; Białko ogółem: 80.92 g; Tłuszcz ogółem: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 367.68 g; Kw. tł. nasycone: 24.54 g; Sól: 5.06 g; Sód: 1594.75 mg; Błonnik: 38.76 g; W tym cukry: 97.72 g; WW: 36.73 Por; Potas: 4036.33 mg; Wapń: 605.22 mg; Fosfor: 1271.03 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 320.09 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2294.00 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz ogółem: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 290.83 g; Kw. tł. nasycone: 22.41 g; Sól: 5.77 g; Sód: 1624.45 mg; Błonnik: 41.72 g; W tym cukry: 50.71 g; WW: 29.08 Por; Potas: 4048.08 mg; Wapń: 601.52 mg; Fosfor: 1306.78 mg; Żelazo: 12.25 mg; Magnez: 346.54 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2500.52 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz ogółem: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Kw. tł. nasycone: 23.42 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2426.12 kcal; Białko ogółem: 73.62 g; Tłuszcz ogółem: 72.91 g; Węglowodany ogółem: 344.72 g; Kw. tł. nasycone: 22.87 g; Sól: 3.67 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.62 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz ogółem: 75.08 g; Węglowodany ogółem: 289.54 g; Kw. tł. nasycone: 20.85 g; Sól: 1.49 g; Sód: 455.59 mg; Błonnik: 24.26 g; W tym cukry: 56.30 g; WW: 29.07 Por; Potas: 2619.34 mg; Wapń: 187.41 mg; Fosfor: 597.14 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 148.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>MLE</i>),		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.bydyniu) 100ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.27 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz ogółem: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 299.03 g; Kw. tł. nasycone: 18.52 g; Sól: 1.40 g; Sód: 490.21 mg; Błonnik: 17.31 g; W tym cukry: 88.22 g; WW: 30.21 Por; Potas: 4005.20 mg; Wapń: 692.66 mg; Fosfor: 1335.43 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 269.49 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2500.52 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz ogółem: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Kw. tł. nasycone: 23.42 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 34.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 400ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko pieczone 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2797.40 kcal; Białko ogółem: 103.90 g; Tłuszcz ogółem: 98.60 g; Węglowodany ogółem: 333.24 g; Kw. tł. nasycone: 35.78 g; Sól: 5.31 g; Sód: 1560.07 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 78.72 g; WW: 33.50 Por; Potas: 3483.33 mg; Wapń: 719.67 mg; Fosfor: 1325.77 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 241.38 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.93 kcal; Białko ogółem: 63.47 g; Tłuszcz ogółem: 68.88 g; Węglowodany ogółem: 293.15 g; Kw. tł. nasycone: 18.76 g; Sól: 3.38 g; Sód: 1209.51 mg; Błonnik: 19.85 g; W tym cukry: 57.28 g; WW: 29.47 Por; Potas: 2699.52 mg; Wapń: 212.82 mg; Fosfor: 734.43 mg; Żelazo: 7.19 mg; Magnez: 180.70 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z b/glu makaronem 300ml (<i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.57 kcal; Białko ogółem: 53.80 g; Tłuszcz ogółem: 79.95 g; Węglowodany ogółem: 322.90 g; Kw. tł. nasycone: 22.23 g; Sól: 1.79 g; Sód: 572.89 mg; Błonnik: 24.91 g; W tym cukry: 68.83 g; WW: 32.40 Por; Potas: 2980.54 mg; Wapń: 464.96 mg; Fosfor: 787.99 mg; Żelazo: 5.19 mg; Magnez: 171.57 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,	
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.17 kcal; Białko ogółem: 69.12 g; Tłuszcz ogółem: 74.36 g; Węglowodany ogółem: 309.50 g; Kw. tł. nasycone: 12.72 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1180.59 mg; Błonnik: 22.37 g; W tym cukry: 59.10 g; WW: 31.18 Por; Potas: 2927.09 mg; Wapń: 189.31 mg; Fosfor: 716.94 mg; Żelazo: 7.95 mg; Magnez: 191.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml , Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2515.46 kcal; Białko ogółem: 66.92 g; Tłuszcz ogółem: 72.91 g; Węglowodany ogółem: 364.34 g; Kw. tł. nasycone: 22.23 g; Sól: 5.04 g; Sód: 1362.87 mg; Błonnik: 36.38 g; W tym cukry: 88.09 g; WW: 36.44 Por; Potas: 3619.23 mg; Wapń: 582.40 mg; Fosfor: 1013.15 mg; Żelazo: 10.07 mg; Magnez: 274.95 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze b/soli 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.07 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz ogółem: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 347.57 g; Kw. tł. nasycone: 23.43 g; Sól: 3.72 g; Sód: 1347.32 mg; Błonnik: 22.53 g; W tym cukry: 72.42 g; WW: 34.97 Por; Potas: 3326.04 mg; Wapń: 532.11 mg; Fosfor: 1023.49 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 224.92 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),			Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),			Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
			Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 250ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
			Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2515.02 kcal; Białko ogółem: 107.01 g; Tłuszcz ogółem: 73.68 g; Węglowodany ogółem: 299.70 g; Kw. tł. nasycone: 24.70 g; Sól: 1.83 g; Sód: 568.93 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 96.64 g; WW: 30.29 Por; Potas: 4249.23 mg; Wapń: 903.36 mg; Fosfor: 1485.23 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 290.06 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze b/soli 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.07 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz ogółem: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 347.57 g; Kw. tł. nasycone: 23.43 g; Sól: 3.72 g; Sód: 1347.32 mg; Błonnik: 22.53 g; W tym cukry: 72.42 g; WW: 34.97 Por; Potas: 3326.04 mg; Wapń: 532.11 mg; Fosfor: 1023.49 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 224.92 mg;

niedziela 2025-02-16			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2346.62 kcal; Białko ogółem: 73.52 g; Tłuszcz ogółem: 72.91 g; Węglowodany ogółem: 324.97 g; Kw. tł. nasycone: 22.87 g; Sól: 3.67 g; Sód: 1328.19 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 71.02 g; WW: 32.69 Por; Potas: 3234.69 mg; Wapń: 520.91 mg; Fosfor: 1007.39 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 219.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2295.48 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz ogółem: 76.41 g; Węglowodany ogółem: 282.11 g; Kw. tł. nasycone: 22.30 g; Sól: 5.98 g; Sód: 1580.19 mg; Błonnik: 36.05 g; W tym cukry: 46.63 g; WW: 28.35 Por; Potas: 3648.94 mg; Wapń: 560.91 mg; Fosfor: 1253.34 mg; Żelazo: 11.11 mg; Magnez: 334.68 mg;

niedziela 2025-02-16 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z b/glu makaronem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Udko gotowane na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2077.17 kcal; Białko ogółem: 46.16 g; Tłuszcz ogółem: 81.07 g; Węglowodany ogółem: 293.24 g; Kw. tł. nasycone: 13.25 g; Sól: 2.92 g; Sód: 300.29 mg; Błonnik: 25.32 g; W tym cukry: 56.16 g; WW: 29.48 Por; Potas: 2576.19 mg; Wapń: 141.86 mg; Fosfor: 478.64 mg; Żelazo: 4.65 mg; Magnez: 134.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2414.78 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz ogółem: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 385.73 g; Kw. tł. nasycone: 12.02 g; Sól: 6.28 g; Sód: 2025.33 mg; Błonnik: 38.27 g; W tym cukry: 79.76 g; WW: 38.66 Por; Potas: 3818.05 mg; Wapń: 680.36 mg; Fosfor: 1391.69 mg; Żelazo: 12.57 mg; Magnez: 365.32 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.58 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz ogółem: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 305.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.36 g; Sól: 6.37 g; Sód: 2048.63 mg; Błonnik: 41.77 g; W tym cukry: 58.55 g; WW: 30.69 Por; Potas: 3782.15 mg; Wapń: 668.16 mg; Fosfor: 1411.19 mg; Żelazo: 12.77 mg; Magnez: 382.32 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2196.99 kcal; Białko ogółem: 90.92 g; Tłuszcz ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 346.30 g; Kw. tł. nasycone: 11.43 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 34.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1667.49 kcal; Białko ogółem: 58.92 g; Tłuszcz ogółem: 31.06 g; Węglowodany ogółem: 245.50 g; Kw. tł. nasycone: 7.03 g; Sól: 1.69 g; Sód: 285.52 mg; Błonnik: 27.45 g; W tym cukry: 38.27 g; WW: 24.74 Por; Potas: 2590.98 mg; Wapń: 272.11 mg; Fosfor: 732.97 mg; Żelazo: 6.87 mg; Magnez: 158.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.96 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2117.49 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 326.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.43 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2265.97 kcal; Białko ogółem: 108.31 g; Tłuszcz ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; Kw. tł. nasycone: 12.19 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1222.45 mg; Błonnik: 25.38 g; W tym cukry: 58.63 g; WW: 33.84 Por; Potas: 3445.52 mg; Wapń: 755.71 mg; Fosfor: 1343.11 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 256.30 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1679.38 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz ogółem: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 256.12 g; Kw. tł. nasycone: 6.13 g; Sól: 3.61 g; Sód: 1016.09 mg; Błonnik: 19.55 g; W tym cukry: 36.13 g; WW: 25.81 Por; Potas: 2369.25 mg; Wapń: 243.65 mg; Fosfor: 815.01 mg; Żelazo: 7.99 mg; Magnez: 167.82 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/mąki 200g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.22 kcal; Białko ogółem: 72.75 g; Tłuszcz ogółem: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 281.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.06 g; Sól: 2.07 g; Sód: 397.80 mg; Błonnik: 28.57 g; W tym cukry: 50.47 g; WW: 28.30 Por; Potas: 2928.37 mg; Wapń: 570.00 mg; Fosfor: 937.75 mg; Żelazo: 6.98 mg; Magnez: 185.92 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1872.41 kcal; Białko ogółem: 77.40 g; Tłuszcz ogółem: 55.18 g; Węglowodany ogółem: 279.14 g; Kw. tł. nasycone: 11.87 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1139.72 mg; Błonnik: 24.86 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 28.15 Por; Potas: 2827.73 mg; Wapń: 252.21 mg; Fosfor: 804.17 mg; Żelazo: 9.46 mg; Magnez: 196.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z cieciorą 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata maslowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1939.10 kcal; Białko ogółem: 60.50 g; Tłuszcz ogółem: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 323.57 g; Kw. tł. nasycone: 9.72 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1752.35 mg; Błonnik: 33.25 g; W tym cukry: 50.47 g; WW: 32.47 Por; Potas: 2858.14 mg; Wapń: 592.24 mg; Fosfor: 1032.55 mg; Żelazo: 9.85 mg; Magnez: 283.74 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.15 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1160.37 mg; Błonnik: 24.85 g; W tym cukry: 52.98 g; WW: 32.84 Por; Potas: 3239.25 mg; Wapń: 613.01 mg; Fosfor: 1152.65 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 236.88 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,			Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
			Posilek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 451.94 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 75.33 g; WW: 36.29 Por; Potas: 4699.50 mg; Wapń: 209.49 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.15 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1160.37 mg; Błonnik: 24.85 g; W tym cukry: 52.98 g; WW: 32.84 Por; Potas: 3239.25 mg; Wapń: 613.01 mg; Fosfor: 1152.65 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 236.88 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1937.39 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz ogółem: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 281.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.51 g; Sól: 5.89 g; Sód: 1403.12 mg; Błonnik: 37.51 g; W tym cukry: 41.26 g; WW: 28.41 Por; Potas: 3455.88 mg; Wapń: 620.61 mg; Fosfor: 1346.97 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 332.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka b/mąki 200g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1786.67 kcal; Białko ogółem: 58.88 g; Tłuszcz ogółem: 62.86 g; Węglowodany ogółem: 253.46 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 2.45 g; Sód: 267.80 mg; Błonnik: 28.98 g; W tym cukry: 36.76 g; WW: 25.50 Por; Potas: 2555.02 mg; Wapń: 215.60 mg; Fosfor: 623.75 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 153.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2414.78 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz ogółem: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 385.73 g; Kw. tł. nasycone: 12.02 g; Sól: 6.28 g; Sód: 2025.33 mg; Błonnik: 38.27 g; W tym cukry: 79.76 g; WW: 38.66 Por; Potas: 3818.05 mg; Wapń: 680.36 mg; Fosfor: 1391.69 mg; Żelazo: 12.57 mg; Magnez: 365.32 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.58 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz ogółem: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 305.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.36 g; Sól: 6.37 g; Sód: 2048.63 mg; Błonnik: 41.77 g; W tym cukry: 58.55 g; WW: 30.69 Por; Potas: 3782.15 mg; Wapń: 668.16 mg; Fosfor: 1411.19 mg; Żelazo: 12.77 mg; Magnez: 382.32 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2196.99 kcal; Białko ogółem: 90.92 g; Tłuszcz ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 346.30 g; Kw. tł. nasycone: 11.43 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 34.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1667.49 kcal; Białko ogółem: 58.92 g; Tłuszcz ogółem: 31.06 g; Węglowodany ogółem: 245.50 g; Kw. tł. nasycone: 7.03 g; Sól: 1.69 g; Sód: 285.52 mg; Błonnik: 27.45 g; W tym cukry: 38.27 g; WW: 24.74 Por; Potas: 2590.98 mg; Wapń: 272.11 mg; Fosfor: 732.97 mg; Żelazo: 6.87 mg; Magnez: 158.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (GLU, SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.96 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2117.49 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 326.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.43 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2265.97 kcal; Białko ogółem: 108.31 g; Tłuszcz ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; Kw. tł. nasycone: 12.19 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1222.45 mg; Błonnik: 25.38 g; W tym cukry: 58.63 g; WW: 33.84 Por; Potas: 3445.52 mg; Wapń: 755.71 mg; Fosfor: 1343.11 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 256.30 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1679.38 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz ogółem: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 256.12 g; Kw. tł. nasycone: 6.13 g; Sól: 3.61 g; Sód: 1016.09 mg; Błonnik: 19.55 g; W tym cukry: 36.13 g; WW: 25.81 Por; Potas: 2369.25 mg; Wapń: 243.65 mg; Fosfor: 815.01 mg; Żelazo: 7.99 mg; Magnez: 167.82 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka b/mąki 200g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.22 kcal; Białko ogółem: 72.75 g; Tłuszcz ogółem: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 281.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.06 g; Sól: 2.07 g; Sód: 397.80 mg; Błonnik: 28.57 g; W tym cukry: 50.47 g; WW: 28.30 Por; Potas: 2928.37 mg; Wapń: 570.00 mg; Fosfor: 937.75 mg; Żelazo: 6.98 mg; Magnez: 185.92 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Salata masłowa 10g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1872.41 kcal; Białko ogółem: 77.40 g; Tłuszcz ogółem: 55.18 g; Węglowodany ogółem: 279.14 g; Kw. tł. nasycone: 11.87 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1139.72 mg; Błonnik: 24.86 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 28.15 Por; Potas: 2827.73 mg; Wapń: 252.21 mg; Fosfor: 804.17 mg; Żelazo: 9.46 mg; Magnez: 196.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z cieciorą 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata maslowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1939.10 kcal; Białko ogółem: 60.50 g; Tłuszcz ogółem: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 323.57 g; Kw. tł. nasycone: 9.72 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1752.35 mg; Błonnik: 33.25 g; W tym cukry: 50.47 g; WW: 32.47 Por; Potas: 2858.14 mg; Wapń: 592.24 mg; Fosfor: 1032.55 mg; Żelazo: 9.85 mg; Magnez: 283.74 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.15 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1160.37 mg; Błonnik: 24.85 g; W tym cukry: 52.98 g; WW: 32.84 Por; Potas: 3239.25 mg; Wapń: 613.01 mg; Fosfor: 1152.65 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 236.88 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 451.94 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 75.33 g; WW: 36.29 Por; Potas: 4699.50 mg; Wapń: 209.49 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.15 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1160.37 mg; Błonnik: 24.85 g; W tym cukry: 52.98 g; WW: 32.84 Por; Potas: 3239.25 mg; Wapń: 613.01 mg; Fosfor: 1152.65 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 236.88 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1937.39 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz ogółem: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 281.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.51 g; Sól: 5.89 g; Sód: 1403.12 mg; Błonnik: 37.51 g; W tym cukry: 41.26 g; WW: 28.41 Por; Potas: 3455.88 mg; Wapń: 620.61 mg; Fosfor: 1346.97 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 332.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka b/mąki 200g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1786.67 kcal; Białko ogółem: 58.88 g; Tłuszcz ogółem: 62.86 g; Węglowodany ogółem: 253.46 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 2.45 g; Sód: 267.80 mg; Błonnik: 28.98 g; W tym cukry: 36.76 g; WW: 25.50 Por; Potas: 2555.02 mg; Wapń: 215.60 mg; Fosfor: 623.75 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 153.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2414.78 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz ogółem: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 385.73 g; Kw. tł. nasycone: 12.02 g; Sól: 6.28 g; Sód: 2025.33 mg; Błonnik: 38.27 g; W tym cukry: 79.76 g; WW: 38.66 Por; Potas: 3818.05 mg; Wapń: 680.36 mg; Fosfor: 1391.69 mg; Żelazo: 12.57 mg; Magnez: 365.32 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.58 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz ogółem: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 305.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.36 g; Sól: 6.37 g; Sód: 2048.63 mg; Błonnik: 41.77 g; W tym cukry: 58.55 g; WW: 30.69 Por; Potas: 3782.15 mg; Wapń: 668.16 mg; Fosfor: 1411.19 mg; Żelazo: 12.77 mg; Magnez: 382.32 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2196.99 kcal; Białko ogółem: 90.92 g; Tłuszcz ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 346.30 g; Kw. tł. nasycone: 11.43 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 34.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1667.49 kcal; Białko ogółem: 58.92 g; Tłuszcz ogółem: 31.06 g; Węglowodany ogółem: 245.50 g; Kw. tł. nasycone: 7.03 g; Sól: 1.69 g; Sód: 285.52 mg; Błonnik: 27.45 g; W tym cukry: 38.27 g; WW: 24.74 Por; Potas: 2590.98 mg; Wapń: 272.11 mg; Fosfor: 732.97 mg; Żelazo: 6.87 mg; Magnez: 158.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (GLU, SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.96 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2117.49 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 326.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.43 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2265.97 kcal; Białko ogółem: 108.31 g; Tłuszcz ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; Kw. tł. nasycone: 12.19 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1222.45 mg; Błonnik: 25.38 g; W tym cukry: 58.63 g; WW: 33.84 Por; Potas: 3445.52 mg; Wapń: 755.71 mg; Fosfor: 1343.11 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 256.30 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1679.38 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz ogółem: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 256.12 g; Kw. tł. nasycone: 6.13 g; Sól: 3.61 g; Sód: 1016.09 mg; Błonnik: 19.55 g; W tym cukry: 36.13 g; WW: 25.81 Por; Potas: 2369.25 mg; Wapń: 243.65 mg; Fosfor: 815.01 mg; Żelazo: 7.99 mg; Magnez: 167.82 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka b/mąki 200g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.22 kcal; Białko ogółem: 72.75 g; Tłuszcz ogółem: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 281.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.06 g; Sól: 2.07 g; Sód: 397.80 mg; Błonnik: 28.57 g; W tym cukry: 50.47 g; WW: 28.30 Por; Potas: 2928.37 mg; Wapń: 570.00 mg; Fosfor: 937.75 mg; Żelazo: 6.98 mg; Magnez: 185.92 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Salata masłowa 10g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1872.41 kcal; Białko ogółem: 77.40 g; Tłuszcz ogółem: 55.18 g; Węglowodany ogółem: 279.14 g; Kw. tł. nasycone: 11.87 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1139.72 mg; Błonnik: 24.86 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 28.15 Por; Potas: 2827.73 mg; Wapń: 252.21 mg; Fosfor: 804.17 mg; Żelazo: 9.46 mg; Magnez: 196.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z cieciorą 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata maslowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1939.10 kcal; Białko ogółem: 60.50 g; Tłuszcz ogółem: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 323.57 g; Kw. tł. nasycone: 9.72 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1752.35 mg; Błonnik: 33.25 g; W tym cukry: 50.47 g; WW: 32.47 Por; Potas: 2858.14 mg; Wapń: 592.24 mg; Fosfor: 1032.55 mg; Żelazo: 9.85 mg; Magnez: 283.74 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.15 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1160.37 mg; Błonnik: 24.85 g; W tym cukry: 52.98 g; WW: 32.84 Por; Potas: 3239.25 mg; Wapń: 613.01 mg; Fosfor: 1152.65 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 236.88 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posilek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 451.94 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 75.33 g; WW: 36.29 Por; Potas: 4699.50 mg; Wapń: 209.49 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.15 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1160.37 mg; Błonnik: 24.85 g; W tym cukry: 52.98 g; WW: 32.84 Por; Potas: 3239.25 mg; Wapń: 613.01 mg; Fosfor: 1152.65 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 236.88 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1937.39 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz ogółem: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 281.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.51 g; Sól: 5.89 g; Sód: 1403.12 mg; Błonnik: 37.51 g; W tym cukry: 41.26 g; WW: 28.41 Por; Potas: 3455.88 mg; Wapń: 620.61 mg; Fosfor: 1346.97 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 332.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka b/mąki 200g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1786.67 kcal; Białko ogółem: 58.88 g; Tłuszcz ogółem: 62.86 g; Węglowodany ogółem: 253.46 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 2.45 g; Sód: 267.80 mg; Błonnik: 28.98 g; W tym cukry: 36.76 g; WW: 25.50 Por; Potas: 2555.02 mg; Wapń: 215.60 mg; Fosfor: 623.75 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 153.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Miód sztukowy 25g 1szt, Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 30g (MLE), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2414.78 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz ogółem: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 385.73 g; Kw. tł. nasycone: 12.02 g; Sól: 6.28 g; Sód: 2025.33 mg; Błonnik: 38.27 g; W tym cukry: 79.76 g; WW: 38.66 Por; Potas: 3818.05 mg; Wapń: 680.36 mg; Fosfor: 1391.69 mg; Żelazo: 12.57 mg; Magnez: 365.32 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 50g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 30g (MLE), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.58 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz ogółem: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 305.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.36 g; Sól: 6.37 g; Sód: 2048.63 mg; Błonnik: 41.77 g; W tym cukry: 58.55 g; WW: 30.69 Por; Potas: 3782.15 mg; Wapń: 668.16 mg; Fosfor: 1411.19 mg; Żelazo: 12.77 mg; Magnez: 382.32 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2196.99 kcal; Białko ogółem: 90.92 g; Tłuszcz ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 346.30 g; Kw. tł. nasycone: 11.43 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 34.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1667.49 kcal; Białko ogółem: 58.92 g; Tłuszcz ogółem: 31.06 g; Węglowodany ogółem: 245.50 g; Kw. tł. nasycone: 7.03 g; Sól: 1.69 g; Sód: 285.52 mg; Błonnik: 27.45 g; W tym cukry: 38.27 g; WW: 24.74 Por; Potas: 2590.98 mg; Wapń: 272.11 mg; Fosfor: 732.97 mg; Żelazo: 6.87 mg; Magnez: 158.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (GLU, SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.96 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2117.49 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 326.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.43 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2265.97 kcal; Białko ogółem: 108.31 g; Tłuszcz ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; Kw. tł. nasycone: 12.19 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1222.45 mg; Błonnik: 25.38 g; W tym cukry: 58.63 g; WW: 33.84 Por; Potas: 3445.52 mg; Wapń: 755.71 mg; Fosfor: 1343.11 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 256.30 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1679.38 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz ogółem: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 256.12 g; Kw. tł. nasycone: 6.13 g; Sól: 3.61 g; Sód: 1016.09 mg; Błonnik: 19.55 g; W tym cukry: 36.13 g; WW: 25.81 Por; Potas: 2369.25 mg; Wapń: 243.65 mg; Fosfor: 815.01 mg; Żelazo: 7.99 mg; Magnez: 167.82 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka b/mąki 200g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.22 kcal; Białko ogółem: 72.75 g; Tłuszcz ogółem: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 281.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.06 g; Sól: 2.07 g; Sód: 397.80 mg; Błonnik: 28.57 g; W tym cukry: 50.47 g; WW: 28.30 Por; Potas: 2928.37 mg; Wapń: 570.00 mg; Fosfor: 937.75 mg; Żelazo: 6.98 mg; Magnez: 185.92 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Salata masłowa 10g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1872.41 kcal; Białko ogółem: 77.40 g; Tłuszcz ogółem: 55.18 g; Węglowodany ogółem: 279.14 g; Kw. tł. nasycone: 11.87 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1139.72 mg; Błonnik: 24.86 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 28.15 Por; Potas: 2827.73 mg; Wapń: 252.21 mg; Fosfor: 804.17 mg; Żelazo: 9.46 mg; Magnez: 196.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z cieciorą 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata maslowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1939.10 kcal; Białko ogółem: 60.50 g; Tłuszcz ogółem: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 323.57 g; Kw. tł. nasycone: 9.72 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1752.35 mg; Błonnik: 33.25 g; W tym cukry: 50.47 g; WW: 32.47 Por; Potas: 2858.14 mg; Wapń: 592.24 mg; Fosfor: 1032.55 mg; Żelazo: 9.85 mg; Magnez: 283.74 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.15 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1160.37 mg; Błonnik: 24.85 g; W tym cukry: 52.98 g; WW: 32.84 Por; Potas: 3239.25 mg; Wapń: 613.01 mg; Fosfor: 1152.65 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 236.88 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,			Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
			Posilek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 451.94 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 75.33 g; WW: 36.29 Por; Potas: 4699.50 mg; Wapń: 209.49 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.15 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1160.37 mg; Błonnik: 24.85 g; W tym cukry: 52.98 g; WW: 32.84 Por; Potas: 3239.25 mg; Wapń: 613.01 mg; Fosfor: 1152.65 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 236.88 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1937.39 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz ogółem: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 281.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.51 g; Sól: 5.89 g; Sód: 1403.12 mg; Błonnik: 37.51 g; W tym cukry: 41.26 g; WW: 28.41 Por; Potas: 3455.88 mg; Wapń: 620.61 mg; Fosfor: 1346.97 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 332.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka b/mąki 200g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1786.67 kcal; Białko ogółem: 58.88 g; Tłuszcz ogółem: 62.86 g; Węglowodany ogółem: 253.46 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 2.45 g; Sód: 267.80 mg; Błonnik: 28.98 g; W tym cukry: 36.76 g; WW: 25.50 Por; Potas: 2555.02 mg; Wapń: 215.60 mg; Fosfor: 623.75 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 153.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2414.78 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz ogółem: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 385.73 g; Kw. tł. nasycone: 12.02 g; Sól: 6.28 g; Sód: 2025.33 mg; Błonnik: 38.27 g; W tym cukry: 79.76 g; WW: 38.66 Por; Potas: 3818.05 mg; Wapń: 680.36 mg; Fosfor: 1391.69 mg; Żelazo: 12.57 mg; Magnez: 365.32 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.58 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz ogółem: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 305.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.36 g; Sól: 6.37 g; Sód: 2048.63 mg; Błonnik: 41.77 g; W tym cukry: 58.55 g; WW: 30.69 Por; Potas: 3782.15 mg; Wapń: 668.16 mg; Fosfor: 1411.19 mg; Żelazo: 12.77 mg; Magnez: 382.32 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2196.99 kcal; Białko ogółem: 90.92 g; Tłuszcz ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 346.30 g; Kw. tł. nasycone: 11.43 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 34.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1667.49 kcal; Białko ogółem: 58.92 g; Tłuszcz ogółem: 31.06 g; Węglowodany ogółem: 245.50 g; Kw. tł. nasycone: 7.03 g; Sól: 1.69 g; Sód: 285.52 mg; Błonnik: 27.45 g; W tym cukry: 38.27 g; WW: 24.74 Por; Potas: 2590.98 mg; Wapń: 272.11 mg; Fosfor: 732.97 mg; Żelazo: 6.87 mg; Magnez: 158.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (GLU, SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.96 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2117.49 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 326.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.43 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2265.97 kcal; Białko ogółem: 108.31 g; Tłuszcz ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; Kw. tł. nasycone: 12.19 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1222.45 mg; Błonnik: 25.38 g; W tym cukry: 58.63 g; WW: 33.84 Por; Potas: 3445.52 mg; Wapń: 755.71 mg; Fosfor: 1343.11 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 256.30 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1679.38 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz ogółem: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 256.12 g; Kw. tł. nasycone: 6.13 g; Sól: 3.61 g; Sód: 1016.09 mg; Błonnik: 19.55 g; W tym cukry: 36.13 g; WW: 25.81 Por; Potas: 2369.25 mg; Wapń: 243.65 mg; Fosfor: 815.01 mg; Żelazo: 7.99 mg; Magnez: 167.82 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka b/mąki 200g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.22 kcal; Białko ogółem: 72.75 g; Tłuszcz ogółem: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 281.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.06 g; Sól: 2.07 g; Sód: 397.80 mg; Błonnik: 28.57 g; W tym cukry: 50.47 g; WW: 28.30 Por; Potas: 2928.37 mg; Wapń: 570.00 mg; Fosfor: 937.75 mg; Żelazo: 6.98 mg; Magnez: 185.92 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Salata masłowa 10g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1872.41 kcal; Białko ogółem: 77.40 g; Tłuszcz ogółem: 55.18 g; Węglowodany ogółem: 279.14 g; Kw. tł. nasycone: 11.87 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1139.72 mg; Błonnik: 24.86 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 28.15 Por; Potas: 2827.73 mg; Wapń: 252.21 mg; Fosfor: 804.17 mg; Żelazo: 9.46 mg; Magnez: 196.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z cieciorą 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata maslowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1939.10 kcal; Białko ogółem: 60.50 g; Tłuszcz ogółem: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 323.57 g; Kw. tł. nasycone: 9.72 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1752.35 mg; Błonnik: 33.25 g; W tym cukry: 50.47 g; WW: 32.47 Por; Potas: 2858.14 mg; Wapń: 592.24 mg; Fosfor: 1032.55 mg; Żelazo: 9.85 mg; Magnez: 283.74 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.15 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1160.37 mg; Błonnik: 24.85 g; W tym cukry: 52.98 g; WW: 32.84 Por; Potas: 3239.25 mg; Wapń: 613.01 mg; Fosfor: 1152.65 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 236.88 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posilek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 451.94 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 75.33 g; WW: 36.29 Por; Potas: 4699.50 mg; Wapń: 209.49 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.15 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1160.37 mg; Błonnik: 24.85 g; W tym cukry: 52.98 g; WW: 32.84 Por; Potas: 3239.25 mg; Wapń: 613.01 mg; Fosfor: 1152.65 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 236.88 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1937.39 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz ogółem: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 281.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.51 g; Sól: 5.89 g; Sód: 1403.12 mg; Błonnik: 37.51 g; W tym cukry: 41.26 g; WW: 28.41 Por; Potas: 3455.88 mg; Wapń: 620.61 mg; Fosfor: 1346.97 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 332.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka b/mąki 200g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1786.67 kcal; Białko ogółem: 58.88 g; Tłuszcz ogółem: 62.86 g; Węglowodany ogółem: 253.46 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 2.45 g; Sód: 267.80 mg; Błonnik: 28.98 g; W tym cukry: 36.76 g; WW: 25.50 Por; Potas: 2555.02 mg; Wapń: 215.60 mg; Fosfor: 623.75 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 153.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-17Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Miód sztukowy 25g 1szt, Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2414.78 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz ogółem: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 385.73 g; Kw. tł. nasycone: 12.02 g; Sól: 6.28 g; Sód: 2025.33 mg; Błonnik: 38.27 g; W tym cukry: 79.76 g; WW: 38.66 Por; Potas: 3818.05 mg; Wapń: 680.36 mg; Fosfor: 1391.69 mg; Żelazo: 12.57 mg; Magnez: 365.32 mg;

poniedziałek 2025-02-17Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.58 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz ogółem: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 305.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.36 g; Sól: 6.37 g; Sód: 2048.63 mg; Błonnik: 41.77 g; W tym cukry: 58.55 g; WW: 30.69 Por; Potas: 3782.15 mg; Wapń: 668.16 mg; Fosfor: 1411.19 mg; Żelazo: 12.77 mg; Magnez: 382.32 mg;

poniedziałek 2025-02-17Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2196.99 kcal; Białko ogółem: 90.92 g; Tłuszcz ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 346.30 g; Kw. tł. nasycone: 11.43 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 34.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1667.49 kcal; Białko ogółem: 58.92 g; Tłuszcz ogółem: 31.06 g; Węglowodany ogółem: 245.50 g; Kw. tł. nasycone: 7.03 g; Sól: 1.69 g; Sód: 285.52 mg; Błonnik: 27.45 g; W tym cukry: 38.27 g; WW: 24.74 Por; Potas: 2590.98 mg; Wapń: 272.11 mg; Fosfor: 732.97 mg; Żelazo: 6.87 mg; Magnez: 158.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (GLU, SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.96 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2117.49 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 326.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.43 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2265.97 kcal; Białko ogółem: 108.31 g; Tłuszcz ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; Kw. tł. nasycone: 12.19 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1222.45 mg; Błonnik: 25.38 g; W tym cukry: 58.63 g; WW: 33.84 Por; Potas: 3445.52 mg; Wapń: 755.71 mg; Fosfor: 1343.11 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 256.30 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1679.38 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz ogółem: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 256.12 g; Kw. tł. nasycone: 6.13 g; Sól: 3.61 g; Sód: 1016.09 mg; Błonnik: 19.55 g; W tym cukry: 36.13 g; WW: 25.81 Por; Potas: 2369.25 mg; Wapń: 243.65 mg; Fosfor: 815.01 mg; Żelazo: 7.99 mg; Magnez: 167.82 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka b/mąki 200g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.22 kcal; Białko ogółem: 72.75 g; Tłuszcz ogółem: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 281.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.06 g; Sól: 2.07 g; Sód: 397.80 mg; Błonnik: 28.57 g; W tym cukry: 50.47 g; WW: 28.30 Por; Potas: 2928.37 mg; Wapń: 570.00 mg; Fosfor: 937.75 mg; Żelazo: 6.98 mg; Magnez: 185.92 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Salata masłowa 10g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1872.41 kcal; Białko ogółem: 77.40 g; Tłuszcz ogółem: 55.18 g; Węglowodany ogółem: 279.14 g; Kw. tł. nasycone: 11.87 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1139.72 mg; Błonnik: 24.86 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 28.15 Por; Potas: 2827.73 mg; Wapń: 252.21 mg; Fosfor: 804.17 mg; Żelazo: 9.46 mg; Magnez: 196.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z cieciorą 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata maslowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1939.10 kcal; Białko ogółem: 60.50 g; Tłuszcz ogółem: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 323.57 g; Kw. tł. nasycone: 9.72 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1752.35 mg; Błonnik: 33.25 g; W tym cukry: 50.47 g; WW: 32.47 Por; Potas: 2858.14 mg; Wapń: 592.24 mg; Fosfor: 1032.55 mg; Żelazo: 9.85 mg; Magnez: 283.74 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.15 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1160.37 mg; Błonnik: 24.85 g; W tym cukry: 52.98 g; WW: 32.84 Por; Potas: 3239.25 mg; Wapń: 613.01 mg; Fosfor: 1152.65 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 236.88 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,			Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
			Posilek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 451.94 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 75.33 g; WW: 36.29 Por; Potas: 4699.50 mg; Wapń: 209.49 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2109.15 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.38 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1160.37 mg; Błonnik: 24.85 g; W tym cukry: 52.98 g; WW: 32.84 Por; Potas: 3239.25 mg; Wapń: 613.01 mg; Fosfor: 1152.65 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 236.88 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1164.52 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3253.98 mg; Wapń: 614.11 mg; Fosfor: 1159.47 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 238.03 mg;

poniedziałek 2025-02-17			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1937.39 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz ogółem: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 281.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.51 g; Sól: 5.89 g; Sód: 1403.12 mg; Błonnik: 37.51 g; W tym cukry: 41.26 g; WW: 28.41 Por; Potas: 3455.88 mg; Wapń: 620.61 mg; Fosfor: 1346.97 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 332.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-17		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka b/mąki 200g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1786.67 kcal; Białko ogółem: 58.88 g; Tłuszcz ogółem: 62.86 g; Węglowodany ogółem: 253.46 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 2.45 g; Sód: 267.80 mg; Błonnik: 28.98 g; W tym cukry: 36.76 g; WW: 25.50 Por; Potas: 2555.02 mg; Wapń: 215.60 mg; Fosfor: 623.75 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 153.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-17	Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny	
	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1756.30 kcal; Białko ogółem: 59.85 g; Tłuszcz ogółem: 43.73 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; Kw. tł.
nasycone: 5.25 g; Sól: 0.53 g; Sód: 204.40 mg; Błonnik: 18.93 g; W tym cukry: 9.65 g; WW: 25.14 Por; Potas: 1664.69 mg; Wapń: 144.77 mg;
Fosfor: 544.77 mg; Żelazo: 4.22 mg; Magnez: 110.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.47 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz ogółem: 49.15 g; Węglowodany ogółem: 328.74 g; Kw. tł. nasycone: 16.82 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2181.72 mg; Błonnik: 39.41 g; W tym cukry: 81.65 g; WW: 32.97 Por; Potas: 3406.84 mg; Wapń: 899.42 mg; Fosfor: 1316.68 mg; Żelazo: 10.58 mg; Magnez: 292.64 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.80 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz ogółem: 49.10 g; Węglowodany ogółem: 271.65 g; Kw. tł. nasycone: 14.92 g; Sól: 6.66 g; Sód: 2212.47 mg; Błonnik: 43.34 g; W tym cukry: 60.55 g; WW: 27.26 Por; Potas: 3416.84 mg; Wapń: 893.27 mg; Fosfor: 1367.13 mg; Żelazo: 11.17 mg; Magnez: 317.34 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2100.55 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1097.39 mg; Błonnik: 25.48 g; W tym cukry: 75.41 g; WW: 32.68 Por; Potas: 3224.00 mg; Wapń: 470.86 mg; Fosfor: 873.73 mg; Żelazo: 7.21 mg; Magnez: 236.38 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1887.20 kcal; Białko ogółem: 71.17 g; Tłuszcz ogółem: 37.62 g; Węglowodany ogółem: 289.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.85 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 29.18 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1760.30 kcal; Białko ogółem: 45.09 g; Tłuszcz ogółem: 49.58 g; Węglowodany ogółem: 234.92 g; Kw. tł. nasycone: 8.48 g; Sól: 1.99 g; Sód: 232.24 mg; Błonnik: 27.31 g; W tym cukry: 31.86 g; WW: 23.64 Por; Potas: 2028.50 mg; Wapń: 144.16 mg; Fosfor: 460.78 mg; Żelazo: 4.30 mg; Magnez: 107.88 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2488.02 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 326.85 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.04 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 104.64 g; WW: 32.97 Por; Potas: 4288.65 mg; Wapń: 877.59 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.60 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz ogółem: 38.44 g; Węglowodany ogółem: 289.42 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 29.18 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2233.23 kcal; Białko ogółem: 108.04 g; Tłuszcz ogółem: 49.31 g; Węglowodany ogółem: 289.36 g; Kw. tł. nasycone: 14.15 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1238.36 mg; Błonnik: 18.17 g; W tym cukry: 55.23 g; WW: 29.17 Por; Potas: 3070.10 mg; Wapń: 720.57 mg; Fosfor: 1329.82 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 215.64 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1672.61 kcal; Białko ogółem: 60.33 g; Tłuszcz ogółem: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 238.53 g; Kw. tł. nasycone: 5.73 g; Sól: 3.87 g; Sód: 986.16 mg; Błonnik: 22.90 g; W tym cukry: 32.83 g; WW: 24.03 Por; Potas: 2108.68 mg; Wapń: 169.57 mg; Fosfor: 598.07 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 139.80 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g , Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1894.50 kcal; Białko ogółem: 54.25 g; Tłuszcz ogółem: 44.13 g; Węglowodany ogółem: 273.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.11 g; Sól: 2.28 g; Sód: 349.99 mg; Błonnik: 22.85 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 27.49 Por; Potas: 2478.13 mg; Wapń: 452.91 mg; Fosfor: 793.91 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 149.26 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt, Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1674.57 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; Tłuszcz ogółem: 51.19 g; Węglowodany ogółem: 252.51 g; Kw. tł. nasycone: 8.64 g; Sól: 4.73 g; Sód: 974.97 mg; Błonnik: 26.48 g; W tym cukry: 47.73 g; WW: 25.44 Por; Potas: 2401.62 mg; Wapń: 139.98 mg; Fosfor: 536.45 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 144.11 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszzonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i fasolą 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2061.33 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz ogółem: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 290.21 g; Kw. tł. nasycone: 15.06 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1576.19 mg; Błonnik: 34.01 g; W tym cukry: 54.24 g; WW: 29.07 Por; Potas: 3073.26 mg; Wapń: 897.90 mg; Fosfor: 1090.61 mg; Żelazo: 9.59 mg; Magnez: 247.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem b/soli 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.95 kcal; Białko ogółem: 69.01 g; Tłuszcz ogółem: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 262.22 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1118.71 mg; Błonnik: 17.00 g; W tym cukry: 47.89 g; WW: 26.39 Por; Potas: 2026.55 mg; Wapń: 488.51 mg; Fosfor: 785.53 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 152.88 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.97 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.99 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 18.65 g; W tym cukry: 97.57 g; WW: 30.56 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem b/soli 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.95 kcal; Białko ogółem: 69.01 g; Tłuszcz ogółem: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 262.22 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1118.71 mg; Błonnik: 17.00 g; W tym cukry: 47.89 g; WW: 26.39 Por; Potas: 2026.55 mg; Wapń: 488.51 mg; Fosfor: 785.53 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 152.88 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1878.32 kcal; Białko ogółem: 71.04 g; Tłuszcz ogółem: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 280.58 g; Kw. tł. nasycone: 9.82 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 28.28 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko gotowane 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.12 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz ogółem: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 265.38 g; Kw. tł. nasycone: 9.29 g; Sól: 5.47 g; Sód: 1357.44 mg; Błonnik: 40.34 g; W tym cukry: 49.68 g; WW: 26.71 Por; Potas: 3116.00 mg; Wapń: 508.86 mg; Fosfor: 1112.08 mg; Żelazo: 10.24 mg; Magnez: 288.48 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 1szt ,			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1728.87 kcal; Białko ogółem: 41.16 g; Tłuszcz ogółem: 66.58 g; Węglowodany ogółem: 245.45 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 2.84 g; Sód: 220.12 mg; Błonnik: 24.98 g; W tym cukry: 44.24 g; WW: 24.69 Por; Potas: 2235.90 mg; Wapń: 115.23 mg; Fosfor: 459.33 mg; Żelazo: 5.05 mg; Magnez: 114.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.47 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz ogółem: 49.15 g; Węglowodany ogółem: 328.74 g; Kw. tł. nasycone: 16.82 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2181.72 mg; Błonnik: 39.41 g; W tym cukry: 81.65 g; WW: 32.97 Por; Potas: 3406.84 mg; Wapń: 899.42 mg; Fosfor: 1316.68 mg; Żelazo: 10.58 mg; Magnez: 292.64 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.80 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz ogółem: 49.10 g; Węglowodany ogółem: 271.65 g; Kw. tł. nasycone: 14.92 g; Sól: 6.66 g; Sód: 2212.47 mg; Błonnik: 43.34 g; W tym cukry: 60.55 g; WW: 27.26 Por; Potas: 3416.84 mg; Wapń: 893.27 mg; Fosfor: 1367.13 mg; Żelazo: 11.17 mg; Magnez: 317.34 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2100.55 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1097.39 mg; Błonnik: 25.48 g; W tym cukry: 75.41 g; WW: 32.68 Por; Potas: 3224.00 mg; Wapń: 470.86 mg; Fosfor: 873.73 mg; Żelazo: 7.21 mg; Magnez: 236.38 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1887.20 kcal; Białko ogółem: 71.17 g; Tłuszcz ogółem: 37.62 g; Węglowodany ogółem: 289.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.85 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 29.18 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1760.30 kcal; Białko ogółem: 45.09 g; Tłuszcz ogółem: 49.58 g; Węglowodany ogółem: 234.92 g; Kw. tł. nasycone: 8.48 g; Sól: 1.99 g; Sód: 232.24 mg; Błonnik: 27.31 g; W tym cukry: 31.86 g; WW: 23.64 Por; Potas: 2028.50 mg; Wapń: 144.16 mg; Fosfor: 460.78 mg; Żelazo: 4.30 mg; Magnez: 107.88 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2488.02 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 326.85 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.04 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 104.64 g; WW: 32.97 Por; Potas: 4288.65 mg; Wapń: 877.59 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.60 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz ogółem: 38.44 g; Węglowodany ogółem: 289.42 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 29.18 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2233.23 kcal; Białko ogółem: 108.04 g; Tłuszcz ogółem: 49.31 g; Węglowodany ogółem: 289.36 g; Kw. tł. nasycone: 14.15 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1238.36 mg; Błonnik: 18.17 g; W tym cukry: 55.23 g; WW: 29.17 Por; Potas: 3070.10 mg; Wapń: 720.57 mg; Fosfor: 1329.82 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 215.64 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1672.61 kcal; Białko ogółem: 60.33 g; Tłuszcz ogółem: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 238.53 g; Kw. tł. nasycone: 5.73 g; Sól: 3.87 g; Sód: 986.16 mg; Błonnik: 22.90 g; W tym cukry: 32.83 g; WW: 24.03 Por; Potas: 2108.68 mg; Wapń: 169.57 mg; Fosfor: 598.07 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 139.80 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g , Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1894.50 kcal; Białko ogółem: 54.25 g; Tłuszcz ogółem: 44.13 g; Węglowodany ogółem: 273.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.11 g; Sól: 2.28 g; Sód: 349.99 mg; Błonnik: 22.85 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 27.49 Por; Potas: 2478.13 mg; Wapń: 452.91 mg; Fosfor: 793.91 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 149.26 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1674.57 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; Tłuszcz ogółem: 51.19 g; Węglowodany ogółem: 252.51 g; Kw. tł. nasycone: 8.64 g; Sól: 4.73 g; Sód: 974.97 mg; Błonnik: 26.48 g; W tym cukry: 47.73 g; WW: 25.44 Por; Potas: 2401.62 mg; Wapń: 139.98 mg; Fosfor: 536.45 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 144.11 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszzonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i fasolą 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2061.33 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz ogółem: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 290.21 g; Kw. tł. nasycone: 15.06 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1576.19 mg; Błonnik: 34.01 g; W tym cukry: 54.24 g; WW: 29.07 Por; Potas: 3073.26 mg; Wapń: 897.90 mg; Fosfor: 1090.61 mg; Żelazo: 9.59 mg; Magnez: 247.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem b/soli 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.95 kcal; Białko ogółem: 69.01 g; Tłuszcz ogółem: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 262.22 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1118.71 mg; Błonnik: 17.00 g; W tym cukry: 47.89 g; WW: 26.39 Por; Potas: 2026.55 mg; Wapń: 488.51 mg; Fosfor: 785.53 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 152.88 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.97 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.99 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 18.65 g; W tym cukry: 97.57 g; WW: 30.56 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem b/soli 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.95 kcal; Białko ogółem: 69.01 g; Tłuszcz ogółem: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 262.22 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1118.71 mg; Błonnik: 17.00 g; W tym cukry: 47.89 g; WW: 26.39 Por; Potas: 2026.55 mg; Wapń: 488.51 mg; Fosfor: 785.53 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 152.88 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1878.32 kcal; Białko ogółem: 71.04 g; Tłuszcz ogółem: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 280.58 g; Kw. tł. nasycone: 9.82 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 28.28 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jablko gotowane 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.12 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz ogółem: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 265.38 g; Kw. tł. nasycone: 9.29 g; Sól: 5.47 g; Sód: 1357.44 mg; Błonnik: 40.34 g; W tym cukry: 49.68 g; WW: 26.71 Por; Potas: 3116.00 mg; Wapń: 508.86 mg; Fosfor: 1112.08 mg; Żelazo: 10.24 mg; Magnez: 288.48 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Jablko gotowane 1szt ,			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1728.87 kcal; Białko ogółem: 41.16 g; Tłuszcz ogółem: 66.58 g; Węglowodany ogółem: 245.45 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 2.84 g; Sód: 220.12 mg; Błonnik: 24.98 g; W tym cukry: 44.24 g; WW: 24.69 Por; Potas: 2235.90 mg; Wapń: 115.23 mg; Fosfor: 459.33 mg; Żelazo: 5.05 mg; Magnez: 114.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.47 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz ogółem: 49.15 g; Węglowodany ogółem: 328.74 g; Kw. tł. nasycone: 16.82 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2181.72 mg; Błonnik: 39.41 g; W tym cukry: 81.65 g; WW: 32.97 Por; Potas: 3406.84 mg; Wapń: 899.42 mg; Fosfor: 1316.68 mg; Żelazo: 10.58 mg; Magnez: 292.64 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.80 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz ogółem: 49.10 g; Węglowodany ogółem: 271.65 g; Kw. tł. nasycone: 14.92 g; Sól: 6.66 g; Sód: 2212.47 mg; Błonnik: 43.34 g; W tym cukry: 60.55 g; WW: 27.26 Por; Potas: 3416.84 mg; Wapń: 893.27 mg; Fosfor: 1367.13 mg; Żelazo: 11.17 mg; Magnez: 317.34 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2100.55 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1097.39 mg; Błonnik: 25.48 g; W tym cukry: 75.41 g; WW: 32.68 Por; Potas: 3224.00 mg; Wapń: 470.86 mg; Fosfor: 873.73 mg; Żelazo: 7.21 mg; Magnez: 236.38 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1887.20 kcal; Białko ogółem: 71.17 g; Tłuszcz ogółem: 37.62 g; Węglowodany ogółem: 289.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.85 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 29.18 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1760.30 kcal; Białko ogółem: 45.09 g; Tłuszcz ogółem: 49.58 g; Węglowodany ogółem: 234.92 g; Kw. tł. nasycone: 8.48 g; Sól: 1.99 g; Sód: 232.24 mg; Błonnik: 27.31 g; W tym cukry: 31.86 g; WW: 23.64 Por; Potas: 2028.50 mg; Wapń: 144.16 mg; Fosfor: 460.78 mg; Żelazo: 4.30 mg; Magnez: 107.88 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2488.02 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 326.85 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.04 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 104.64 g; WW: 32.97 Por; Potas: 4288.65 mg; Wapń: 877.59 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.60 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz ogółem: 38.44 g; Węglowodany ogółem: 289.42 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 29.18 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2233.23 kcal; Białko ogółem: 108.04 g; Tłuszcz ogółem: 49.31 g; Węglowodany ogółem: 289.36 g; Kw. tł. nasycone: 14.15 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1238.36 mg; Błonnik: 18.17 g; W tym cukry: 55.23 g; WW: 29.17 Por; Potas: 3070.10 mg; Wapń: 720.57 mg; Fosfor: 1329.82 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 215.64 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1672.61 kcal; Białko ogółem: 60.33 g; Tłuszcz ogółem: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 238.53 g; Kw. tł. nasycone: 5.73 g; Sól: 3.87 g; Sód: 986.16 mg; Błonnik: 22.90 g; W tym cukry: 32.83 g; WW: 24.03 Por; Potas: 2108.68 mg; Wapń: 169.57 mg; Fosfor: 598.07 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 139.80 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1894.50 kcal; Białko ogółem: 54.25 g; Tłuszcz ogółem: 44.13 g; Węglowodany ogółem: 273.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.11 g; Sól: 2.28 g; Sód: 349.99 mg; Błonnik: 22.85 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 27.49 Por; Potas: 2478.13 mg; Wapń: 452.91 mg; Fosfor: 793.91 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 149.26 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1674.57 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; Tłuszcz ogółem: 51.19 g; Węglowodany ogółem: 252.51 g; Kw. tł. nasycone: 8.64 g; Sól: 4.73 g; Sód: 974.97 mg; Błonnik: 26.48 g; W tym cukry: 47.73 g; WW: 25.44 Por; Potas: 2401.62 mg; Wapń: 139.98 mg; Fosfor: 536.45 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 144.11 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszzonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i fasolą 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2061.33 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz ogółem: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 290.21 g; Kw. tł. nasycone: 15.06 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1576.19 mg; Błonnik: 34.01 g; W tym cukry: 54.24 g; WW: 29.07 Por; Potas: 3073.26 mg; Wapń: 897.90 mg; Fosfor: 1090.61 mg; Żelazo: 9.59 mg; Magnez: 247.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem b/soli 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.95 kcal; Białko ogółem: 69.01 g; Tłuszcz ogółem: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 262.22 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1118.71 mg; Błonnik: 17.00 g; W tym cukry: 47.89 g; WW: 26.39 Por; Potas: 2026.55 mg; Wapń: 488.51 mg; Fosfor: 785.53 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 152.88 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.97 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.99 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 18.65 g; W tym cukry: 97.57 g; WW: 30.56 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem b/soli 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.95 kcal; Białko ogółem: 69.01 g; Tłuszcz ogółem: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 262.22 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1118.71 mg; Błonnik: 17.00 g; W tym cukry: 47.89 g; WW: 26.39 Por; Potas: 2026.55 mg; Wapń: 488.51 mg; Fosfor: 785.53 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 152.88 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1878.32 kcal; Białko ogółem: 71.04 g; Tłuszcz ogółem: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 280.58 g; Kw. tł. nasycone: 9.82 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 28.28 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jablko gotowane 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.12 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz ogółem: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 265.38 g; Kw. tł. nasycone: 9.29 g; Sól: 5.47 g; Sód: 1357.44 mg; Błonnik: 40.34 g; W tym cukry: 49.68 g; WW: 26.71 Por; Potas: 3116.00 mg; Wapń: 508.86 mg; Fosfor: 1112.08 mg; Żelazo: 10.24 mg; Magnez: 288.48 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Jablko gotowane 1szt ,			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1728.87 kcal; Białko ogółem: 41.16 g; Tłuszcz ogółem: 66.58 g; Węglowodany ogółem: 245.45 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 2.84 g; Sód: 220.12 mg; Błonnik: 24.98 g; W tym cukry: 44.24 g; WW: 24.69 Por; Potas: 2235.90 mg; Wapń: 115.23 mg; Fosfor: 459.33 mg; Żelazo: 5.05 mg; Magnez: 114.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.47 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz ogółem: 49.15 g; Węglowodany ogółem: 328.74 g; Kw. tł. nasycone: 16.82 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2181.72 mg; Błonnik: 39.41 g; W tym cukry: 81.65 g; WW: 32.97 Por; Potas: 3406.84 mg; Wapń: 899.42 mg; Fosfor: 1316.68 mg; Żelazo: 10.58 mg; Magnez: 292.64 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.80 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz ogółem: 49.10 g; Węglowodany ogółem: 271.65 g; Kw. tł. nasycone: 14.92 g; Sól: 6.66 g; Sód: 2212.47 mg; Błonnik: 43.34 g; W tym cukry: 60.55 g; WW: 27.26 Por; Potas: 3416.84 mg; Wapń: 893.27 mg; Fosfor: 1367.13 mg; Żelazo: 11.17 mg; Magnez: 317.34 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2100.55 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1097.39 mg; Błonnik: 25.48 g; W tym cukry: 75.41 g; WW: 32.68 Por; Potas: 3224.00 mg; Wapń: 470.86 mg; Fosfor: 873.73 mg; Żelazo: 7.21 mg; Magnez: 236.38 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1887.20 kcal; Białko ogółem: 71.17 g; Tłuszcz ogółem: 37.62 g; Węglowodany ogółem: 289.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.85 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 29.18 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1760.30 kcal; Białko ogółem: 45.09 g; Tłuszcz ogółem: 49.58 g; Węglowodany ogółem: 234.92 g; Kw. tł. nasycone: 8.48 g; Sól: 1.99 g; Sód: 232.24 mg; Błonnik: 27.31 g; W tym cukry: 31.86 g; WW: 23.64 Por; Potas: 2028.50 mg; Wapń: 144.16 mg; Fosfor: 460.78 mg; Żelazo: 4.30 mg; Magnez: 107.88 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2488.02 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 326.85 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.04 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 104.64 g; WW: 32.97 Por; Potas: 4288.65 mg; Wapń: 877.59 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.60 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz ogółem: 38.44 g; Węglowodany ogółem: 289.42 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 29.18 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2233.23 kcal; Białko ogółem: 108.04 g; Tłuszcz ogółem: 49.31 g; Węglowodany ogółem: 289.36 g; Kw. tł. nasycone: 14.15 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1238.36 mg; Błonnik: 18.17 g; W tym cukry: 55.23 g; WW: 29.17 Por; Potas: 3070.10 mg; Wapń: 720.57 mg; Fosfor: 1329.82 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 215.64 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1672.61 kcal; Białko ogółem: 60.33 g; Tłuszcz ogółem: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 238.53 g; Kw. tł. nasycone: 5.73 g; Sól: 3.87 g; Sód: 986.16 mg; Błonnik: 22.90 g; W tym cukry: 32.83 g; WW: 24.03 Por; Potas: 2108.68 mg; Wapń: 169.57 mg; Fosfor: 598.07 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 139.80 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g , Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1894.50 kcal; Białko ogółem: 54.25 g; Tłuszcz ogółem: 44.13 g; Węglowodany ogółem: 273.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.11 g; Sól: 2.28 g; Sód: 349.99 mg; Błonnik: 22.85 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 27.49 Por; Potas: 2478.13 mg; Wapń: 452.91 mg; Fosfor: 793.91 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 149.26 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt, Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1674.57 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; Tłuszcz ogółem: 51.19 g; Węglowodany ogółem: 252.51 g; Kw. tł. nasycone: 8.64 g; Sól: 4.73 g; Sód: 974.97 mg; Błonnik: 26.48 g; W tym cukry: 47.73 g; WW: 25.44 Por; Potas: 2401.62 mg; Wapń: 139.98 mg; Fosfor: 536.45 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 144.11 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszzonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i fasolą 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2061.33 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz ogółem: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 290.21 g; Kw. tł. nasycone: 15.06 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1576.19 mg; Błonnik: 34.01 g; W tym cukry: 54.24 g; WW: 29.07 Por; Potas: 3073.26 mg; Wapń: 897.90 mg; Fosfor: 1090.61 mg; Żelazo: 9.59 mg; Magnez: 247.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem b/soli 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.95 kcal; Białko ogółem: 69.01 g; Tłuszcz ogółem: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 262.22 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1118.71 mg; Błonnik: 17.00 g; W tym cukry: 47.89 g; WW: 26.39 Por; Potas: 2026.55 mg; Wapń: 488.51 mg; Fosfor: 785.53 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 152.88 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.97 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.99 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 18.65 g; W tym cukry: 97.57 g; WW: 30.56 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem b/soli 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.95 kcal; Białko ogółem: 69.01 g; Tłuszcz ogółem: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 262.22 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1118.71 mg; Błonnik: 17.00 g; W tym cukry: 47.89 g; WW: 26.39 Por; Potas: 2026.55 mg; Wapń: 488.51 mg; Fosfor: 785.53 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 152.88 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1878.32 kcal; Białko ogółem: 71.04 g; Tłuszcz ogółem: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 280.58 g; Kw. tł. nasycone: 9.82 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 28.28 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),			
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jablko gotowane 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.12 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz ogółem: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 265.38 g; Kw. tł. nasycone: 9.29 g; Sól: 5.47 g; Sód: 1357.44 mg; Błonnik: 40.34 g; W tym cukry: 49.68 g; WW: 26.71 Por; Potas: 3116.00 mg; Wapń: 508.86 mg; Fosfor: 1112.08 mg; Żelazo: 10.24 mg; Magnez: 288.48 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,			
II Śniadanie: Jablko gotowane 1szt ,			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1728.87 kcal; Białko ogółem: 41.16 g; Tłuszcz ogółem: 66.58 g; Węglowodany ogółem: 245.45 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 2.84 g; Sód: 220.12 mg; Błonnik: 24.98 g; W tym cukry: 44.24 g; WW: 24.69 Por; Potas: 2235.90 mg; Wapń: 115.23 mg; Fosfor: 459.33 mg; Żelazo: 5.05 mg; Magnez: 114.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.47 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz ogółem: 49.15 g; Węglowodany ogółem: 328.74 g; Kw. tł. nasycone: 16.82 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2181.72 mg; Błonnik: 39.41 g; W tym cukry: 81.65 g; WW: 32.97 Por; Potas: 3406.84 mg; Wapń: 899.42 mg; Fosfor: 1316.68 mg; Żelazo: 10.58 mg; Magnez: 292.64 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.80 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz ogółem: 49.10 g; Węglowodany ogółem: 271.65 g; Kw. tł. nasycone: 14.92 g; Sól: 6.66 g; Sód: 2212.47 mg; Błonnik: 43.34 g; W tym cukry: 60.55 g; WW: 27.26 Por; Potas: 3416.84 mg; Wapń: 893.27 mg; Fosfor: 1367.13 mg; Żelazo: 11.17 mg; Magnez: 317.34 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2100.55 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1097.39 mg; Błonnik: 25.48 g; W tym cukry: 75.41 g; WW: 32.68 Por; Potas: 3224.00 mg; Wapń: 470.86 mg; Fosfor: 873.73 mg; Żelazo: 7.21 mg; Magnez: 236.38 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1887.20 kcal; Białko ogółem: 71.17 g; Tłuszcz ogółem: 37.62 g; Węglowodany ogółem: 289.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.85 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 29.18 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1760.30 kcal; Białko ogółem: 45.09 g; Tłuszcz ogółem: 49.58 g; Węglowodany ogółem: 234.92 g; Kw. tł. nasycone: 8.48 g; Sól: 1.99 g; Sód: 232.24 mg; Błonnik: 27.31 g; W tym cukry: 31.86 g; WW: 23.64 Por; Potas: 2028.50 mg; Wapń: 144.16 mg; Fosfor: 460.78 mg; Żelazo: 4.30 mg; Magnez: 107.88 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2488.02 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 326.85 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.04 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 104.64 g; WW: 32.97 Por; Potas: 4288.65 mg; Wapń: 877.59 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.60 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz ogółem: 38.44 g; Węglowodany ogółem: 289.42 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 29.18 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2233.23 kcal; Białko ogółem: 108.04 g; Tłuszcz ogółem: 49.31 g; Węglowodany ogółem: 289.36 g; Kw. tł. nasycone: 14.15 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1238.36 mg; Błonnik: 18.17 g; W tym cukry: 55.23 g; WW: 29.17 Por; Potas: 3070.10 mg; Wapń: 720.57 mg; Fosfor: 1329.82 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 215.64 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1672.61 kcal; Białko ogółem: 60.33 g; Tłuszcz ogółem: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 238.53 g; Kw. tł. nasycone: 5.73 g; Sól: 3.87 g; Sód: 986.16 mg; Błonnik: 22.90 g; W tym cukry: 32.83 g; WW: 24.03 Por; Potas: 2108.68 mg; Wapń: 169.57 mg; Fosfor: 598.07 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 139.80 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g , Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1894.50 kcal; Białko ogółem: 54.25 g; Tłuszcz ogółem: 44.13 g; Węglowodany ogółem: 273.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.11 g; Sól: 2.28 g; Sód: 349.99 mg; Błonnik: 22.85 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 27.49 Por; Potas: 2478.13 mg; Wapń: 452.91 mg; Fosfor: 793.91 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 149.26 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1674.57 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; Tłuszcz ogółem: 51.19 g; Węglowodany ogółem: 252.51 g; Kw. tł. nasycone: 8.64 g; Sól: 4.73 g; Sód: 974.97 mg; Błonnik: 26.48 g; W tym cukry: 47.73 g; WW: 25.44 Por; Potas: 2401.62 mg; Wapń: 139.98 mg; Fosfor: 536.45 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 144.11 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszzonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i fasolą 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2061.33 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz ogółem: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 290.21 g; Kw. tł. nasycone: 15.06 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1576.19 mg; Błonnik: 34.01 g; W tym cukry: 54.24 g; WW: 29.07 Por; Potas: 3073.26 mg; Wapń: 897.90 mg; Fosfor: 1090.61 mg; Żelazo: 9.59 mg; Magnez: 247.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem b/soli 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.95 kcal; Białko ogółem: 69.01 g; Tłuszcz ogółem: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 262.22 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1118.71 mg; Błonnik: 17.00 g; W tym cukry: 47.89 g; WW: 26.39 Por; Potas: 2026.55 mg; Wapń: 488.51 mg; Fosfor: 785.53 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 152.88 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn		
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),	Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.97 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.99 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 18.65 g; W tym cukry: 97.57 g; WW: 30.56 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem b/soli 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.95 kcal; Białko ogółem: 69.01 g; Tłuszcz ogółem: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 262.22 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1118.71 mg; Błonnik: 17.00 g; W tym cukry: 47.89 g; WW: 26.39 Por; Potas: 2026.55 mg; Wapń: 488.51 mg; Fosfor: 785.53 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 152.88 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1878.32 kcal; Białko ogółem: 71.04 g; Tłuszcz ogółem: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 280.58 g; Kw. tł. nasycone: 9.82 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 28.28 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko gotowane 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.12 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz ogółem: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 265.38 g; Kw. tł. nasycone: 9.29 g; Sól: 5.47 g; Sód: 1357.44 mg; Błonnik: 40.34 g; W tym cukry: 49.68 g; WW: 26.71 Por; Potas: 3116.00 mg; Wapń: 508.86 mg; Fosfor: 1112.08 mg; Żelazo: 10.24 mg; Magnez: 288.48 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,
II Śniadanie: Jablko gotowane 1szt ,		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1728.87 kcal; Białko ogółem: 41.16 g; Tłuszcz ogółem: 66.58 g; Węglowodany ogółem: 245.45 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 2.84 g; Sód: 220.12 mg; Błonnik: 24.98 g; W tym cukry: 44.24 g; WW: 24.69 Por; Potas: 2235.90 mg; Wapń: 115.23 mg; Fosfor: 459.33 mg; Żelazo: 5.05 mg; Magnez: 114.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.47 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz ogółem: 49.15 g; Węglowodany ogółem: 328.74 g; Kw. tł. nasycone: 16.82 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2181.72 mg; Błonnik: 39.41 g; W tym cukry: 81.65 g; WW: 32.97 Por; Potas: 3406.84 mg; Wapń: 899.42 mg; Fosfor: 1316.68 mg; Żelazo: 10.58 mg; Magnez: 292.64 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z białej i kiszonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.80 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz ogółem: 49.10 g; Węglowodany ogółem: 271.65 g; Kw. tł. nasycone: 14.92 g; Sól: 6.66 g; Sód: 2212.47 mg; Błonnik: 43.34 g; W tym cukry: 60.55 g; WW: 27.26 Por; Potas: 3416.84 mg; Wapń: 893.27 mg; Fosfor: 1367.13 mg; Żelazo: 11.17 mg; Magnez: 317.34 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2100.55 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1097.39 mg; Błonnik: 25.48 g; W tym cukry: 75.41 g; WW: 32.68 Por; Potas: 3224.00 mg; Wapń: 470.86 mg; Fosfor: 873.73 mg; Żelazo: 7.21 mg; Magnez: 236.38 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1887.20 kcal; Białko ogółem: 71.17 g; Tłuszcz ogółem: 37.62 g; Węglowodany ogółem: 289.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.85 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 29.18 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1760.30 kcal; Białko ogółem: 45.09 g; Tłuszcz ogółem: 49.58 g; Węglowodany ogółem: 234.92 g; Kw. tł. nasycone: 8.48 g; Sól: 1.99 g; Sód: 232.24 mg; Błonnik: 27.31 g; W tym cukry: 31.86 g; WW: 23.64 Por; Potas: 2028.50 mg; Wapń: 144.16 mg; Fosfor: 460.78 mg; Żelazo: 4.30 mg; Magnez: 107.88 mg;

wtorek 2025-02-18Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2488.02 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 326.85 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.04 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 104.64 g; WW: 32.97 Por; Potas: 4288.65 mg; Wapń: 877.59 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.60 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz ogółem: 38.44 g; Węglowodany ogółem: 289.42 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 29.18 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2233.23 kcal; Białko ogółem: 108.04 g; Tłuszcz ogółem: 49.31 g; Węglowodany ogółem: 289.36 g; Kw. tł. nasycone: 14.15 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1238.36 mg; Błonnik: 18.17 g; W tym cukry: 55.23 g; WW: 29.17 Por; Potas: 3070.10 mg; Wapń: 720.57 mg; Fosfor: 1329.82 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 215.64 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1672.61 kcal; Białko ogółem: 60.33 g; Tłuszcz ogółem: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 238.53 g; Kw. tł. nasycone: 5.73 g; Sól: 3.87 g; Sód: 986.16 mg; Błonnik: 22.90 g; W tym cukry: 32.83 g; WW: 24.03 Por; Potas: 2108.68 mg; Wapń: 169.57 mg; Fosfor: 598.07 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 139.80 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1894.50 kcal; Białko ogółem: 54.25 g; Tłuszcz ogółem: 44.13 g; Węglowodany ogółem: 273.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.11 g; Sól: 2.28 g; Sód: 349.99 mg; Błonnik: 22.85 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 27.49 Por; Potas: 2478.13 mg; Wapń: 452.91 mg; Fosfor: 793.91 mg; Żelazo: 5.24 mg; Magnez: 149.26 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1674.57 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; Tłuszcz ogółem: 51.19 g; Węglowodany ogółem: 252.51 g; Kw. tł. nasycone: 8.64 g; Sól: 4.73 g; Sód: 974.97 mg; Błonnik: 26.48 g; W tym cukry: 47.73 g; WW: 25.44 Por; Potas: 2401.62 mg; Wapń: 139.98 mg; Fosfor: 536.45 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 144.11 mg;

wtorek 2025-02-18			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa kapuśniak z białej i kiszzonej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i fasolą 300g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2061.33 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz ogółem: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 290.21 g; Kw. tł. nasycone: 15.06 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1576.19 mg; Błonnik: 34.01 g; W tym cukry: 54.24 g; WW: 29.07 Por; Potas: 3073.26 mg; Wapń: 897.90 mg; Fosfor: 1090.61 mg; Żelazo: 9.59 mg; Magnez: 247.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem b/soli 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.95 kcal; Białko ogółem: 69.01 g; Tłuszcz ogółem: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 262.22 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1118.71 mg; Błonnik: 17.00 g; W tym cukry: 47.89 g; WW: 26.39 Por; Potas: 2026.55 mg; Wapń: 488.51 mg; Fosfor: 785.53 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 152.88 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn		
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),	Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.97 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.99 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 18.65 g; W tym cukry: 97.57 g; WW: 30.56 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem b/soli 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.95 kcal; Białko ogółem: 69.01 g; Tłuszcz ogółem: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 262.22 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1118.71 mg; Błonnik: 17.00 g; W tym cukry: 47.89 g; WW: 26.39 Por; Potas: 2026.55 mg; Wapń: 488.51 mg; Fosfor: 785.53 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 152.88 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1878.32 kcal; Białko ogółem: 71.04 g; Tłuszcz ogółem: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 280.58 g; Kw. tł. nasycone: 9.82 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1103.79 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 46.54 g; WW: 28.28 Por; Potas: 2645.60 mg; Wapń: 480.11 mg; Fosfor: 856.33 mg; Żelazo: 7.06 mg; Magnez: 180.18 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.12 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz ogółem: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 265.38 g; Kw. tł. nasycone: 9.29 g; Sól: 5.47 g; Sód: 1357.44 mg; Błonnik: 40.34 g; W tym cukry: 49.68 g; WW: 26.71 Por; Potas: 3116.00 mg; Wapń: 508.86 mg; Fosfor: 1112.08 mg; Żelazo: 10.24 mg; Magnez: 288.48 mg;

wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 1szt ,		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1728.87 kcal; Białko ogółem: 41.16 g; Tłuszcz ogółem: 66.58 g; Węglowodany ogółem: 245.45 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 2.84 g; Sód: 220.12 mg; Błonnik: 24.98 g; W tym cukry: 44.24 g; WW: 24.69 Por; Potas: 2235.90 mg; Wapń: 115.23 mg; Fosfor: 459.33 mg; Żelazo: 5.05 mg; Magnez: 114.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-18 Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny		
	Zupa kapuśniak z białej i kiszanej kapusty z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami i kurczakiem 400g (GLU), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Bułka kajzerka 3szt (GLU, SOJ, MLE), Masło sztukowe 10g 2szt (MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1770.32 kcal; Białko ogółem: 58.28 g; Tłuszcz ogółem: 51.75 g; Węglowodany ogółem: 235.75 g; Kw. tł. nasycone: 5.42 g; Sól: 0.72 g; Sód: 277.04 mg; Błonnik: 26.44 g; W tym cukry: 12.36 g; WW: 23.66 Por; Potas: 1666.71 mg; Wapń: 112.07 mg; Fosfor: 392.35 mg; Żelazo: 3.43 mg; Magnez: 97.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt (<i>SOJ</i>), Ketchup 30g , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.38 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz ogółem: 83.94 g; Węglowodany ogółem: 339.35 g; Kw. tł. nasycone: 21.11 g; Sól: 8.42 g; Sód: 2890.75 mg; Błonnik: 40.03 g; W tym cukry: 90.60 g; WW: 33.91 Por; Potas: 4392.60 mg; Wapń: 717.74 mg; Fosfor: 1446.60 mg; Żelazo: 15.50 mg; Magnez: 440.05 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ketchup 30g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.58 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 81.14 g; Węglowodany ogółem: 270.95 g; Kw. tł. nasycone: 18.55 g; Sól: 8.51 g; Sód: 2914.80 mg; Błonnik: 38.61 g; W tym cukry: 51.83 g; WW: 27.18 Por; Potas: 3944.55 mg; Wapń: 632.64 mg; Fosfor: 1332.05 mg; Żelazo: 14.23 mg; Magnez: 401.90 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2166.23 kcal; Białko ogółem: 82.74 g; Tłuszcz ogółem: 52.47 g; Węglowodany ogółem: 293.35 g; Kw. tł. nasycone: 14.95 g; Sól: 3.37 g; Sód: 1202.60 mg; Błonnik: 23.40 g; W tym cukry: 49.70 g; WW: 29.57 Por; Potas: 3630.88 mg; Wapń: 583.07 mg; Fosfor: 1069.97 mg; Żelazo: 11.46 mg; Magnez: 267.97 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.83 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz ogółem: 50.94 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1205.00 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 71.00 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3760.28 mg; Wapń: 595.47 mg; Fosfor: 1086.07 mg; Żelazo: 11.93 mg; Magnez: 274.87 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1738.13 kcal; Białko ogółem: 52.85 g; Tłuszcz ogółem: 48.34 g; Węglowodany ogółem: 228.39 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 1.09 g; Sód: 332.75 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 56.03 g; WW: 23.00 Por; Potas: 3051.13 mg; Wapń: 246.57 mg; Fosfor: 571.52 mg; Żelazo: 8.12 mg; Magnez: 163.72 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.97 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.91 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 103.01 g; WW: 32.39 Por; Potas: 4097.05 mg; Wapń: 692.26 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.59 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz ogółem: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 290.92 g; Kw. tł. nasycone: 14.77 g; Sól: 3.37 g; Sód: 1204.65 mg; Błonnik: 22.32 g; W tym cukry: 70.97 g; WW: 29.33 Por; Potas: 3752.12 mg; Wapń: 594.32 mg; Fosfor: 1080.55 mg; Żelazo: 11.85 mg; Magnez: 273.73 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Szyunka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2310.82 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz ogółem: 58.32 g; Węglowodany ogółem: 300.72 g; Kw. tł. nasycone: 16.53 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1269.48 mg; Błonnik: 23.26 g; W tym cukry: 77.39 g; WW: 30.31 Por; Potas: 3989.79 mg; Wapń: 758.17 mg; Fosfor: 1344.46 mg; Żelazo: 12.59 mg; Magnez: 305.32 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1826.69 kcal; Białko ogółem: 70.53 g; Tłuszcz ogółem: 44.56 g; Węglowodany ogółem: 245.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 3.07 g; Sód: 1083.40 mg; Błonnik: 18.94 g; W tym cukry: 55.86 g; WW: 24.73 Por; Potas: 3016.25 mg; Wapń: 268.30 mg; Fosfor: 700.25 mg; Żelazo: 9.86 mg; Magnez: 192.38 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze B/GLU 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1941.24 kcal; Białko ogółem: 64.49 g; Tłuszcz ogółem: 53.07 g; Węglowodany ogółem: 256.28 g; Kw. tł. nasycone: 13.03 g; Sól: 1.34 g; Sód: 390.84 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 68.21 g; WW: 25.79 Por; Potas: 3346.99 mg; Wapń: 541.47 mg; Fosfor: 750.36 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 186.29 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/ML 300ml (<i>JAJ, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyunka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1932.78 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz ogółem: 69.65 g; Węglowodany ogółem: 262.16 g; Kw. tł. nasycone: 15.04 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1204.55 mg; Błonnik: 21.24 g; W tym cukry: 58.66 g; WW: 26.45 Por; Potas: 3333.08 mg; Wapń: 264.27 mg; Fosfor: 733.52 mg; Żelazo: 10.79 mg; Magnez: 206.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotle z kalafiora smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1983.19 kcal; Białko ogółem: 64.21 g; Tłuszcz ogółem: 52.16 g; Węglowodany ogółem: 282.20 g; Kw. tł. nasycone: 13.45 g; Sól: 5.45 g; Sód: 1955.94 mg; Błonnik: 35.98 g; W tym cukry: 66.57 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3836.24 mg; Wapń: 671.37 mg; Fosfor: 1143.60 mg; Żelazo: 12.82 mg; Magnez: 372.27 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/SOLI 300ml (<i>JAJ, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.56 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1200.26 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 70.62 g; WW: 29.78 Por; Potas: 3749.75 mg; Wapń: 575.96 mg; Fosfor: 1066.23 mg; Żelazo: 11.94 mg; Magnez: 273.72 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.12 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.12 g; Sód: 446.54 mg; Błonnik: 27.29 g; W tym cukry: 80.35 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4688.90 mg; Wapń: 194.24 mg; Fosfor: 1394.22 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 299.98 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/SOLI 300ml (<i>JAJ, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.56 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1200.03 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 70.62 g; WW: 29.78 Por; Potas: 3749.75 mg; Wapń: 575.96 mg; Fosfor: 1066.23 mg; Żelazo: 11.94 mg; Magnez: 273.72 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.83 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz ogółem: 50.94 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1205.00 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 71.00 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3760.28 mg; Wapń: 595.47 mg; Fosfor: 1086.07 mg; Żelazo: 11.93 mg; Magnez: 274.87 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka gotowana 130g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.20 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz ogółem: 51.32 g; Węglowodany ogółem: 262.62 g; Kw. tł. nasycone: 13.42 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1455.35 mg; Błonnik: 36.23 g; W tym cukry: 50.95 g; WW: 26.43 Por; Potas: 3964.73 mg; Wapń: 610.07 mg; Fosfor: 1213.72 mg; Żelazo: 13.59 mg; Magnez: 343.62 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica wieprzowa 40g , Salata maslowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/ML 300ml (JAJ, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jablkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jablka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata maslowa 10g ,		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1761.84 kcal; Białko ogółem: 54.22 g; Tłuszcz ogółem: 72.60 g; Węglowodany ogółem: 227.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 1.58 g; Sód: 260.84 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 54.79 g; WW: 22.95 Por; Potas: 2973.64 mg; Wapń: 187.07 mg; Fosfor: 436.36 mg; Żelazo: 7.75 mg; Magnez: 153.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt (<i>SOJ</i>), Ketchup 30g , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.38 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz ogółem: 83.94 g; Węglowodany ogółem: 339.35 g; Kw. tł. nasycone: 21.11 g; Sól: 8.42 g; Sód: 2890.75 mg; Błonnik: 40.03 g; W tym cukry: 90.60 g; WW: 33.91 Por; Potas: 4392.60 mg; Wapń: 717.74 mg; Fosfor: 1446.60 mg; Żelazo: 15.50 mg; Magnez: 440.05 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ketchup 30g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.58 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 81.14 g; Węglowodany ogółem: 270.95 g; Kw. tł. nasycone: 18.55 g; Sól: 8.51 g; Sód: 2914.80 mg; Błonnik: 38.61 g; W tym cukry: 51.83 g; WW: 27.18 Por; Potas: 3944.55 mg; Wapń: 632.64 mg; Fosfor: 1332.05 mg; Żelazo: 14.23 mg; Magnez: 401.90 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2166.23 kcal; Białko ogółem: 82.74 g; Tłuszcz ogółem: 52.47 g; Węglowodany ogółem: 293.35 g; Kw. tł. nasycone: 14.95 g; Sól: 3.37 g; Sód: 1202.60 mg; Błonnik: 23.40 g; W tym cukry: 49.70 g; WW: 29.57 Por; Potas: 3630.88 mg; Wapń: 583.07 mg; Fosfor: 1069.97 mg; Żelazo: 11.46 mg; Magnez: 267.97 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.83 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz ogółem: 50.94 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1205.00 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 71.00 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3760.28 mg; Wapń: 595.47 mg; Fosfor: 1086.07 mg; Żelazo: 11.93 mg; Magnez: 274.87 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1738.13 kcal; Białko ogółem: 52.85 g; Tłuszcz ogółem: 48.34 g; Węglowodany ogółem: 228.39 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 1.09 g; Sód: 332.75 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 56.03 g; WW: 23.00 Por; Potas: 3051.13 mg; Wapń: 246.57 mg; Fosfor: 571.52 mg; Żelazo: 8.12 mg; Magnez: 163.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (MLE),		Podwieczerek: Budyń płynny 200ml (MLE),		Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.97 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.91 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 103.01 g; WW: 32.39 Por; Potas: 4097.05 mg; Wapń: 692.26 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.59 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz ogółem: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 290.92 g; Kw. tł. nasycone: 14.77 g; Sól: 3.37 g; Sód: 1204.65 mg; Błonnik: 22.32 g; W tym cukry: 70.97 g; WW: 29.33 Por; Potas: 3752.12 mg; Wapń: 594.32 mg; Fosfor: 1080.55 mg; Żelazo: 11.85 mg; Magnez: 273.73 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2310.82 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz ogółem: 58.32 g; Węglowodany ogółem: 300.72 g; Kw. tł. nasycone: 16.53 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1269.48 mg; Błonnik: 23.26 g; W tym cukry: 77.39 g; WW: 30.31 Por; Potas: 3989.79 mg; Wapń: 758.17 mg; Fosfor: 1344.46 mg; Żelazo: 12.59 mg; Magnez: 305.32 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos własny 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1826.69 kcal; Białko ogółem: 70.53 g; Tłuszcz ogółem: 44.56 g; Węglowodany ogółem: 245.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 3.07 g; Sód: 1083.40 mg; Błonnik: 18.94 g; W tym cukry: 55.86 g; WW: 24.73 Por; Potas: 3016.25 mg; Wapń: 268.30 mg; Fosfor: 700.25 mg; Żelazo: 9.86 mg; Magnez: 192.38 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze B/GLU 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1941.24 kcal; Białko ogółem: 64.49 g; Tłuszcz ogółem: 53.07 g; Węglowodany ogółem: 256.28 g; Kw. tł. nasycone: 13.03 g; Sól: 1.34 g; Sód: 390.84 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 68.21 g; WW: 25.79 Por; Potas: 3346.99 mg; Wapń: 541.47 mg; Fosfor: 750.36 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 186.29 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem B/ML 300ml (JAJ, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (GLU),		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1932.78 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz ogółem: 69.65 g; Węglowodany ogółem: 262.16 g; Kw. tł. nasycone: 15.04 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1204.55 mg; Błonnik: 21.24 g; W tym cukry: 58.66 g; WW: 26.45 Por; Potas: 3333.08 mg; Wapń: 264.27 mg; Fosfor: 733.52 mg; Żelazo: 10.79 mg; Magnez: 206.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotle z kalafiora smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1983.19 kcal; Białko ogółem: 64.21 g; Tłuszcz ogółem: 52.16 g; Węglowodany ogółem: 282.20 g; Kw. tł. nasycone: 13.45 g; Sól: 5.45 g; Sód: 1955.94 mg; Błonnik: 35.98 g; W tym cukry: 66.57 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3836.24 mg; Wapń: 671.37 mg; Fosfor: 1143.60 mg; Żelazo: 12.82 mg; Magnez: 372.27 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/SOLI 300ml (<i>JAJ, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.56 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1200.26 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 70.62 g; WW: 29.78 Por; Potas: 3749.75 mg; Wapń: 575.96 mg; Fosfor: 1066.23 mg; Żelazo: 11.94 mg; Magnez: 273.72 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.12 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.12 g; Sód: 446.54 mg; Błonnik: 27.29 g; W tym cukry: 80.35 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4688.90 mg; Wapń: 194.24 mg; Fosfor: 1394.22 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 299.98 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/SOLI 300ml (<i>JAJ, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.56 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1200.03 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 70.62 g; WW: 29.78 Por; Potas: 3749.75 mg; Wapń: 575.96 mg; Fosfor: 1066.23 mg; Żelazo: 11.94 mg; Magnez: 273.72 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.83 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz ogółem: 50.94 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1205.00 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 71.00 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3760.28 mg; Wapń: 595.47 mg; Fosfor: 1086.07 mg; Żelazo: 11.93 mg; Magnez: 274.87 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka gotowana 130g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.20 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz ogółem: 51.32 g; Węglowodany ogółem: 262.62 g; Kw. tł. nasycone: 13.42 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1455.35 mg; Błonnik: 36.23 g; W tym cukry: 50.95 g; WW: 26.43 Por; Potas: 3964.73 mg; Wapń: 610.07 mg; Fosfor: 1213.72 mg; Żelazo: 13.59 mg; Magnez: 343.62 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica wieprzowa 40g , Salata maslowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/ML 300ml (JAJ, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jablkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jablka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata maslowa 10g ,		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1761.84 kcal; Białko ogółem: 54.22 g; Tłuszcz ogółem: 72.60 g; Węglowodany ogółem: 227.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 1.58 g; Sód: 260.84 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 54.79 g; WW: 22.95 Por; Potas: 2973.64 mg; Wapń: 187.07 mg; Fosfor: 436.36 mg; Żelazo: 7.75 mg; Magnez: 153.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt (<i>SOJ</i>), Ketchup 30g , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.38 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz ogółem: 83.94 g; Węglowodany ogółem: 339.35 g; Kw. tł. nasycone: 21.11 g; Sól: 8.42 g; Sód: 2890.75 mg; Błonnik: 40.03 g; W tym cukry: 90.60 g; WW: 33.91 Por; Potas: 4392.60 mg; Wapń: 717.74 mg; Fosfor: 1446.60 mg; Żelazo: 15.50 mg; Magnez: 440.05 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ketchup 30g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.58 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 81.14 g; Węglowodany ogółem: 270.95 g; Kw. tł. nasycone: 18.55 g; Sól: 8.51 g; Sód: 2914.80 mg; Błonnik: 38.61 g; W tym cukry: 51.83 g; WW: 27.18 Por; Potas: 3944.55 mg; Wapń: 632.64 mg; Fosfor: 1332.05 mg; Żelazo: 14.23 mg; Magnez: 401.90 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2166.23 kcal; Białko ogółem: 82.74 g; Tłuszcz ogółem: 52.47 g; Węglowodany ogółem: 293.35 g; Kw. tł. nasycone: 14.95 g; Sól: 3.37 g; Sód: 1202.60 mg; Błonnik: 23.40 g; W tym cukry: 49.70 g; WW: 29.57 Por; Potas: 3630.88 mg; Wapń: 583.07 mg; Fosfor: 1069.97 mg; Żelazo: 11.46 mg; Magnez: 267.97 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.83 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz ogółem: 50.94 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1205.00 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 71.00 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3760.28 mg; Wapń: 595.47 mg; Fosfor: 1086.07 mg; Żelazo: 11.93 mg; Magnez: 274.87 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1738.13 kcal; Białko ogółem: 52.85 g; Tłuszcz ogółem: 48.34 g; Węglowodany ogółem: 228.39 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 1.09 g; Sód: 332.75 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 56.03 g; WW: 23.00 Por; Potas: 3051.13 mg; Wapń: 246.57 mg; Fosfor: 571.52 mg; Żelazo: 8.12 mg; Magnez: 163.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (MLE),		Podwieczerek: Budyń płynny 200ml (MLE),		Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.97 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.91 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 103.01 g; WW: 32.39 Por; Potas: 4097.05 mg; Wapń: 692.26 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.59 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz ogółem: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 290.92 g; Kw. tł. nasycone: 14.77 g; Sól: 3.37 g; Sód: 1204.65 mg; Błonnik: 22.32 g; W tym cukry: 70.97 g; WW: 29.33 Por; Potas: 3752.12 mg; Wapń: 594.32 mg; Fosfor: 1080.55 mg; Żelazo: 11.85 mg; Magnez: 273.73 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2310.82 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz ogółem: 58.32 g; Węglowodany ogółem: 300.72 g; Kw. tł. nasycone: 16.53 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1269.48 mg; Błonnik: 23.26 g; W tym cukry: 77.39 g; WW: 30.31 Por; Potas: 3989.79 mg; Wapń: 758.17 mg; Fosfor: 1344.46 mg; Żelazo: 12.59 mg; Magnez: 305.32 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos własny 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1826.69 kcal; Białko ogółem: 70.53 g; Tłuszcz ogółem: 44.56 g; Węglowodany ogółem: 245.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 3.07 g; Sód: 1083.40 mg; Błonnik: 18.94 g; W tym cukry: 55.86 g; WW: 24.73 Por; Potas: 3016.25 mg; Wapń: 268.30 mg; Fosfor: 700.25 mg; Żelazo: 9.86 mg; Magnez: 192.38 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze B/GLU 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1941.24 kcal; Białko ogółem: 64.49 g; Tłuszcz ogółem: 53.07 g; Węglowodany ogółem: 256.28 g; Kw. tł. nasycone: 13.03 g; Sól: 1.34 g; Sód: 390.84 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 68.21 g; WW: 25.79 Por; Potas: 3346.99 mg; Wapń: 541.47 mg; Fosfor: 750.36 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 186.29 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem B/ML 300ml (JAJ, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (GLU),		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1932.78 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz ogółem: 69.65 g; Węglowodany ogółem: 262.16 g; Kw. tł. nasycone: 15.04 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1204.55 mg; Błonnik: 21.24 g; W tym cukry: 58.66 g; WW: 26.45 Por; Potas: 3333.08 mg; Wapń: 264.27 mg; Fosfor: 733.52 mg; Żelazo: 10.79 mg; Magnez: 206.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotlet z kalafiora smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1983.19 kcal; Białko ogółem: 64.21 g; Tłuszcz ogółem: 52.16 g; Węglowodany ogółem: 282.20 g; Kw. tł. nasycone: 13.45 g; Sól: 5.45 g; Sód: 1955.94 mg; Błonnik: 35.98 g; W tym cukry: 66.57 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3836.24 mg; Wapń: 671.37 mg; Fosfor: 1143.60 mg; Żelazo: 12.82 mg; Magnez: 372.27 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/SOLI 300ml (<i>JAJ, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.56 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1200.26 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 70.62 g; WW: 29.78 Por; Potas: 3749.75 mg; Wapń: 575.96 mg; Fosfor: 1066.23 mg; Żelazo: 11.94 mg; Magnez: 273.72 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.12 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.12 g; Sód: 446.54 mg; Błonnik: 27.29 g; W tym cukry: 80.35 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4688.90 mg; Wapń: 194.24 mg; Fosfor: 1394.22 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 299.98 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/SOLI 300ml (<i>JAJ, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.56 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1200.03 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 70.62 g; WW: 29.78 Por; Potas: 3749.75 mg; Wapń: 575.96 mg; Fosfor: 1066.23 mg; Żelazo: 11.94 mg; Magnez: 273.72 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.83 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz ogółem: 50.94 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1205.00 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 71.00 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3760.28 mg; Wapń: 595.47 mg; Fosfor: 1086.07 mg; Żelazo: 11.93 mg; Magnez: 274.87 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka gotowana 130g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.20 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz ogółem: 51.32 g; Węglowodany ogółem: 262.62 g; Kw. tł. nasycone: 13.42 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1455.35 mg; Błonnik: 36.23 g; W tym cukry: 50.95 g; WW: 26.43 Por; Potas: 3964.73 mg; Wapń: 610.07 mg; Fosfor: 1213.72 mg; Żelazo: 13.59 mg; Magnez: 343.62 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica wieprzowa 40g , Salata maslowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/ML 300ml (JAJ, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jablkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jablka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata maslowa 10g ,		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1761.84 kcal; Białko ogółem: 54.22 g; Tłuszcz ogółem: 72.60 g; Węglowodany ogółem: 227.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 1.58 g; Sód: 260.84 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 54.79 g; WW: 22.95 Por; Potas: 2973.64 mg; Wapń: 187.07 mg; Fosfor: 436.36 mg; Żelazo: 7.75 mg; Magnez: 153.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt (<i>SOJ</i>), Ketchup 30g , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.38 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz ogółem: 83.94 g; Węglowodany ogółem: 339.35 g; Kw. tł. nasycone: 21.11 g; Sól: 8.42 g; Sód: 2890.75 mg; Błonnik: 40.03 g; W tym cukry: 90.60 g; WW: 33.91 Por; Potas: 4392.60 mg; Wapń: 717.74 mg; Fosfor: 1446.60 mg; Żelazo: 15.50 mg; Magnez: 440.05 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ketchup 30g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.58 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 81.14 g; Węglowodany ogółem: 270.95 g; Kw. tł. nasycone: 18.55 g; Sól: 8.51 g; Sód: 2914.80 mg; Błonnik: 38.61 g; W tym cukry: 51.83 g; WW: 27.18 Por; Potas: 3944.55 mg; Wapń: 632.64 mg; Fosfor: 1332.05 mg; Żelazo: 14.23 mg; Magnez: 401.90 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2166.23 kcal; Białko ogółem: 82.74 g; Tłuszcz ogółem: 52.47 g; Węglowodany ogółem: 293.35 g; Kw. tł. nasycone: 14.95 g; Sól: 3.37 g; Sód: 1202.60 mg; Błonnik: 23.40 g; W tym cukry: 49.70 g; WW: 29.57 Por; Potas: 3630.88 mg; Wapń: 583.07 mg; Fosfor: 1069.97 mg; Żelazo: 11.46 mg; Magnez: 267.97 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.83 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz ogółem: 50.94 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1205.00 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 71.00 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3760.28 mg; Wapń: 595.47 mg; Fosfor: 1086.07 mg; Żelazo: 11.93 mg; Magnez: 274.87 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1738.13 kcal; Białko ogółem: 52.85 g; Tłuszcz ogółem: 48.34 g; Węglowodany ogółem: 228.39 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 1.09 g; Sód: 332.75 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 56.03 g; WW: 23.00 Por; Potas: 3051.13 mg; Wapń: 246.57 mg; Fosfor: 571.52 mg; Żelazo: 8.12 mg; Magnez: 163.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (MLE),		Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (MLE),		Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.97 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.91 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 103.01 g; WW: 32.39 Por; Potas: 4097.05 mg; Wapń: 692.26 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.59 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz ogółem: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 290.92 g; Kw. tł. nasycone: 14.77 g; Sól: 3.37 g; Sód: 1204.65 mg; Błonnik: 22.32 g; W tym cukry: 70.97 g; WW: 29.33 Por; Potas: 3752.12 mg; Wapń: 594.32 mg; Fosfor: 1080.55 mg; Żelazo: 11.85 mg; Magnez: 273.73 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2310.82 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz ogółem: 58.32 g; Węglowodany ogółem: 300.72 g; Kw. tł. nasycone: 16.53 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1269.48 mg; Błonnik: 23.26 g; W tym cukry: 77.39 g; WW: 30.31 Por; Potas: 3989.79 mg; Wapń: 758.17 mg; Fosfor: 1344.46 mg; Żelazo: 12.59 mg; Magnez: 305.32 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos własny 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1826.69 kcal; Białko ogółem: 70.53 g; Tłuszcz ogółem: 44.56 g; Węglowodany ogółem: 245.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 3.07 g; Sód: 1083.40 mg; Błonnik: 18.94 g; W tym cukry: 55.86 g; WW: 24.73 Por; Potas: 3016.25 mg; Wapń: 268.30 mg; Fosfor: 700.25 mg; Żelazo: 9.86 mg; Magnez: 192.38 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze B/GLU 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1941.24 kcal; Białko ogółem: 64.49 g; Tłuszcz ogółem: 53.07 g; Węglowodany ogółem: 256.28 g; Kw. tł. nasycone: 13.03 g; Sól: 1.34 g; Sód: 390.84 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 68.21 g; WW: 25.79 Por; Potas: 3346.99 mg; Wapń: 541.47 mg; Fosfor: 750.36 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 186.29 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem B/ML 300ml (JAJ, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (GLU),		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1932.78 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz ogółem: 69.65 g; Węglowodany ogółem: 262.16 g; Kw. tł. nasycone: 15.04 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1204.55 mg; Błonnik: 21.24 g; W tym cukry: 58.66 g; WW: 26.45 Por; Potas: 3333.08 mg; Wapń: 264.27 mg; Fosfor: 733.52 mg; Żelazo: 10.79 mg; Magnez: 206.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU , MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ , MLE , SEL), Ziemniaki 200g , Kotle z kalafiora smażony 100g (GLU , JAJ), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE , SEL , S02), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ , GOR), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1983.19 kcal; Białko ogółem: 64.21 g; Tłuszcz ogółem: 52.16 g; Węglowodany ogółem: 282.20 g; Kw. tł. nasycone: 13.45 g; Sól: 5.45 g; Sód: 1955.94 mg; Błonnik: 35.98 g; W tym cukry: 66.57 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3836.24 mg; Wapń: 671.37 mg; Fosfor: 1143.60 mg; Żelazo: 12.82 mg; Magnez: 372.27 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU , MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/SOLI 300ml (JAJ , SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (GLU , JAJ), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE , SEL , S02), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (GLU),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.56 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1200.26 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 70.62 g; WW: 29.78 Por; Potas: 3749.75 mg; Wapń: 575.96 mg; Fosfor: 1066.23 mg; Żelazo: 11.94 mg; Magnez: 273.72 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU , SEL), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU , SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU , SEL), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.12 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.12 g; Sód: 446.54 mg; Błonnik: 27.29 g; W tym cukry: 80.35 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4688.90 mg; Wapń: 194.24 mg; Fosfor: 1394.22 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 299.98 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU , MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/SOLI 300ml (JAJ , SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (GLU , JAJ), Ziemniaki b/soli 200g , Sos własny b/soli 60ml (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE , SEL , S02), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.56 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1200.03 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 70.62 g; WW: 29.78 Por; Potas: 3749.75 mg; Wapń: 575.96 mg; Fosfor: 1066.23 mg; Żelazo: 11.94 mg; Magnez: 273.72 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU , MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ , MLE , SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU , JAJ), Sos własny 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE , SEL , S02), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.83 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz ogółem: 50.94 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1205.00 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 71.00 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3760.28 mg; Wapń: 595.47 mg; Fosfor: 1086.07 mg; Żelazo: 11.93 mg; Magnez: 274.87 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ , MLE , SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU , JAJ), Sos własny 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE , SEL , S02), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Poledwica ani drobiowa 30g (SOJ), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka gotowana 130g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.20 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz ogółem: 51.32 g; Węglowodany ogółem: 262.62 g; Kw. tł. nasycone: 13.42 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1455.35 mg; Błonnik: 36.23 g; W tym cukry: 50.95 g; WW: 26.43 Por; Potas: 3964.73 mg; Wapń: 610.07 mg; Fosfor: 1213.72 mg; Żelazo: 13.59 mg; Magnez: 343.62 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica wieprzowa 40g , Salata maslowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/ML 300ml (JAJ, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jablkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jablka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata maslowa 10g ,		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1761.84 kcal; Białko ogółem: 54.22 g; Tłuszcz ogółem: 72.60 g; Węglowodany ogółem: 227.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 1.58 g; Sód: 260.84 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 54.79 g; WW: 22.95 Por; Potas: 2973.64 mg; Wapń: 187.07 mg; Fosfor: 436.36 mg; Żelazo: 7.75 mg; Magnez: 153.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt (<i>SOJ</i>), Ketchup 30g , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.38 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz ogółem: 83.94 g; Węglowodany ogółem: 339.35 g; Kw. tł. nasycone: 21.11 g; Sól: 8.42 g; Sód: 2890.75 mg; Błonnik: 40.03 g; W tym cukry: 90.60 g; WW: 33.91 Por; Potas: 4392.60 mg; Wapń: 717.74 mg; Fosfor: 1446.60 mg; Żelazo: 15.50 mg; Magnez: 440.05 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ketchup 30g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.58 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 81.14 g; Węglowodany ogółem: 270.95 g; Kw. tł. nasycone: 18.55 g; Sól: 8.51 g; Sód: 2914.80 mg; Błonnik: 38.61 g; W tym cukry: 51.83 g; WW: 27.18 Por; Potas: 3944.55 mg; Wapń: 632.64 mg; Fosfor: 1332.05 mg; Żelazo: 14.23 mg; Magnez: 401.90 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2166.23 kcal; Białko ogółem: 82.74 g; Tłuszcz ogółem: 52.47 g; Węglowodany ogółem: 293.35 g; Kw. tł. nasycone: 14.95 g; Sól: 3.37 g; Sód: 1202.60 mg; Błonnik: 23.40 g; W tym cukry: 49.70 g; WW: 29.57 Por; Potas: 3630.88 mg; Wapń: 583.07 mg; Fosfor: 1069.97 mg; Żelazo: 11.46 mg; Magnez: 267.97 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.83 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz ogółem: 50.94 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1205.00 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 71.00 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3760.28 mg; Wapń: 595.47 mg; Fosfor: 1086.07 mg; Żelazo: 11.93 mg; Magnez: 274.87 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1738.13 kcal; Białko ogółem: 52.85 g; Tłuszcz ogółem: 48.34 g; Węglowodany ogółem: 228.39 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 1.09 g; Sód: 332.75 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 56.03 g; WW: 23.00 Por; Potas: 3051.13 mg; Wapń: 246.57 mg; Fosfor: 571.52 mg; Żelazo: 8.12 mg; Magnez: 163.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (MLE),		Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (MLE),		Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.97 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.91 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 103.01 g; WW: 32.39 Por; Potas: 4097.05 mg; Wapń: 692.26 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.59 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz ogółem: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 290.92 g; Kw. tł. nasycone: 14.77 g; Sól: 3.37 g; Sód: 1204.65 mg; Błonnik: 22.32 g; W tym cukry: 70.97 g; WW: 29.33 Por; Potas: 3752.12 mg; Wapń: 594.32 mg; Fosfor: 1080.55 mg; Żelazo: 11.85 mg; Magnez: 273.73 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2310.82 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz ogółem: 58.32 g; Węglowodany ogółem: 300.72 g; Kw. tł. nasycone: 16.53 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1269.48 mg; Błonnik: 23.26 g; W tym cukry: 77.39 g; WW: 30.31 Por; Potas: 3989.79 mg; Wapń: 758.17 mg; Fosfor: 1344.46 mg; Żelazo: 12.59 mg; Magnez: 305.32 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos własny 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1826.69 kcal; Białko ogółem: 70.53 g; Tłuszcz ogółem: 44.56 g; Węglowodany ogółem: 245.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 3.07 g; Sód: 1083.40 mg; Błonnik: 18.94 g; W tym cukry: 55.86 g; WW: 24.73 Por; Potas: 3016.25 mg; Wapń: 268.30 mg; Fosfor: 700.25 mg; Żelazo: 9.86 mg; Magnez: 192.38 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze B/GLU 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1941.24 kcal; Białko ogółem: 64.49 g; Tłuszcz ogółem: 53.07 g; Węglowodany ogółem: 256.28 g; Kw. tł. nasycone: 13.03 g; Sól: 1.34 g; Sód: 390.84 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 68.21 g; WW: 25.79 Por; Potas: 3346.99 mg; Wapń: 541.47 mg; Fosfor: 750.36 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 186.29 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem B/ML 300ml (JAJ, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (GLU),		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1932.78 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz ogółem: 69.65 g; Węglowodany ogółem: 262.16 g; Kw. tł. nasycone: 15.04 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1204.55 mg; Błonnik: 21.24 g; W tym cukry: 58.66 g; WW: 26.45 Por; Potas: 3333.08 mg; Wapń: 264.27 mg; Fosfor: 733.52 mg; Żelazo: 10.79 mg; Magnez: 206.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotlet z kalafiora smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1983.19 kcal; Białko ogółem: 64.21 g; Tłuszcz ogółem: 52.16 g; Węglowodany ogółem: 282.20 g; Kw. tł. nasycone: 13.45 g; Sól: 5.45 g; Sód: 1955.94 mg; Błonnik: 35.98 g; W tym cukry: 66.57 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3836.24 mg; Wapń: 671.37 mg; Fosfor: 1143.60 mg; Żelazo: 12.82 mg; Magnez: 372.27 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/SOLI 300ml (<i>JAJ, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.56 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1200.26 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 70.62 g; WW: 29.78 Por; Potas: 3749.75 mg; Wapń: 575.96 mg; Fosfor: 1066.23 mg; Żelazo: 11.94 mg; Magnez: 273.72 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.12 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.12 g; Sód: 446.54 mg; Błonnik: 27.29 g; W tym cukry: 80.35 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4688.90 mg; Wapń: 194.24 mg; Fosfor: 1394.22 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 299.98 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/SOLI 300ml (<i>JAJ, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.56 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1200.03 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 70.62 g; WW: 29.78 Por; Potas: 3749.75 mg; Wapń: 575.96 mg; Fosfor: 1066.23 mg; Żelazo: 11.94 mg; Magnez: 273.72 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.83 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz ogółem: 50.94 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1205.00 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 71.00 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3760.28 mg; Wapń: 595.47 mg; Fosfor: 1086.07 mg; Żelazo: 11.93 mg; Magnez: 274.87 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka gotowana 130g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.20 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz ogółem: 51.32 g; Węglowodany ogółem: 262.62 g; Kw. tł. nasycone: 13.42 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1455.35 mg; Błonnik: 36.23 g; W tym cukry: 50.95 g; WW: 26.43 Por; Potas: 3964.73 mg; Wapń: 610.07 mg; Fosfor: 1213.72 mg; Żelazo: 13.59 mg; Magnez: 343.62 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica wieprzowa 40g , Salata maslowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/ML 300ml (JAJ, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jablkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jablka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata maslowa 10g ,		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1761.84 kcal; Białko ogółem: 54.22 g; Tłuszcz ogółem: 72.60 g; Węglowodany ogółem: 227.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 1.58 g; Sód: 260.84 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 54.79 g; WW: 22.95 Por; Potas: 2973.64 mg; Wapń: 187.07 mg; Fosfor: 436.36 mg; Żelazo: 7.75 mg; Magnez: 153.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt (<i>SOJ</i>), Ketchup 30g , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.38 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz ogółem: 83.94 g; Węglowodany ogółem: 339.35 g; Kw. tł. nasycone: 21.11 g; Sól: 8.42 g; Sód: 2890.75 mg; Błonnik: 40.03 g; W tym cukry: 90.60 g; WW: 33.91 Por; Potas: 4392.60 mg; Wapń: 717.74 mg; Fosfor: 1446.60 mg; Żelazo: 15.50 mg; Magnez: 440.05 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ketchup 30g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.58 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 81.14 g; Węglowodany ogółem: 270.95 g; Kw. tł. nasycone: 18.55 g; Sól: 8.51 g; Sód: 2914.80 mg; Błonnik: 38.61 g; W tym cukry: 51.83 g; WW: 27.18 Por; Potas: 3944.55 mg; Wapń: 632.64 mg; Fosfor: 1332.05 mg; Żelazo: 14.23 mg; Magnez: 401.90 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2166.23 kcal; Białko ogółem: 82.74 g; Tłuszcz ogółem: 52.47 g; Węglowodany ogółem: 293.35 g; Kw. tł. nasycone: 14.95 g; Sól: 3.37 g; Sód: 1202.60 mg; Błonnik: 23.40 g; W tym cukry: 49.70 g; WW: 29.57 Por; Potas: 3630.88 mg; Wapń: 583.07 mg; Fosfor: 1069.97 mg; Żelazo: 11.46 mg; Magnez: 267.97 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.83 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz ogółem: 50.94 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1205.00 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 71.00 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3760.28 mg; Wapń: 595.47 mg; Fosfor: 1086.07 mg; Żelazo: 11.93 mg; Magnez: 274.87 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1738.13 kcal; Białko ogółem: 52.85 g; Tłuszcz ogółem: 48.34 g; Węglowodany ogółem: 228.39 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 1.09 g; Sód: 332.75 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 56.03 g; WW: 23.00 Por; Potas: 3051.13 mg; Wapń: 246.57 mg; Fosfor: 571.52 mg; Żelazo: 8.12 mg; Magnez: 163.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (MLE),		Podwieczerek: Budyń płynny 200ml (MLE),		Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.97 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.91 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 103.01 g; WW: 32.39 Por; Potas: 4097.05 mg; Wapń: 692.26 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.59 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz ogółem: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 290.92 g; Kw. tł. nasycone: 14.77 g; Sól: 3.37 g; Sód: 1204.65 mg; Błonnik: 22.32 g; W tym cukry: 70.97 g; WW: 29.33 Por; Potas: 3752.12 mg; Wapń: 594.32 mg; Fosfor: 1080.55 mg; Żelazo: 11.85 mg; Magnez: 273.73 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2310.82 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz ogółem: 58.32 g; Węglowodany ogółem: 300.72 g; Kw. tł. nasycone: 16.53 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1269.48 mg; Błonnik: 23.26 g; W tym cukry: 77.39 g; WW: 30.31 Por; Potas: 3989.79 mg; Wapń: 758.17 mg; Fosfor: 1344.46 mg; Żelazo: 12.59 mg; Magnez: 305.32 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos własny 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1826.69 kcal; Białko ogółem: 70.53 g; Tłuszcz ogółem: 44.56 g; Węglowodany ogółem: 245.33 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 3.07 g; Sód: 1083.40 mg; Błonnik: 18.94 g; W tym cukry: 55.86 g; WW: 24.73 Por; Potas: 3016.25 mg; Wapń: 268.30 mg; Fosfor: 700.25 mg; Żelazo: 9.86 mg; Magnez: 192.38 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (JAJ, MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze B/GLU 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1941.24 kcal; Białko ogółem: 64.49 g; Tłuszcz ogółem: 53.07 g; Węglowodany ogółem: 256.28 g; Kw. tł. nasycone: 13.03 g; Sól: 1.34 g; Sód: 390.84 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 68.21 g; WW: 25.79 Por; Potas: 3346.99 mg; Wapń: 541.47 mg; Fosfor: 750.36 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 186.29 mg;

środa 2025-02-19			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa szpinakowa z jajkiem B/ML 300ml (JAJ, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (GLU),		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1932.78 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz ogółem: 69.65 g; Węglowodany ogółem: 262.16 g; Kw. tł. nasycone: 15.04 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1204.55 mg; Błonnik: 21.24 g; W tym cukry: 58.66 g; WW: 26.45 Por; Potas: 3333.08 mg; Wapń: 264.27 mg; Fosfor: 733.52 mg; Żelazo: 10.79 mg; Magnez: 206.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotle z kalafiora smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Pomarańcza 200g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1983.19 kcal; Białko ogółem: 64.21 g; Tłuszcz ogółem: 52.16 g; Węglowodany ogółem: 282.20 g; Kw. tł. nasycone: 13.45 g; Sól: 5.45 g; Sód: 1955.94 mg; Błonnik: 35.98 g; W tym cukry: 66.57 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3836.24 mg; Wapń: 671.37 mg; Fosfor: 1143.60 mg; Żelazo: 12.82 mg; Magnez: 372.27 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/SOLI 300ml (<i>JAJ, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.56 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1200.26 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 70.62 g; WW: 29.78 Por; Potas: 3749.75 mg; Wapń: 575.96 mg; Fosfor: 1066.23 mg; Żelazo: 11.94 mg; Magnez: 273.72 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.12 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.12 g; Sód: 446.54 mg; Błonnik: 27.29 g; W tym cukry: 80.35 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4688.90 mg; Wapń: 194.24 mg; Fosfor: 1394.22 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 299.98 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/SOLI 300ml (<i>JAJ, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz ogółem: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.56 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1200.03 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 70.62 g; WW: 29.78 Por; Potas: 3749.75 mg; Wapń: 575.96 mg; Fosfor: 1066.23 mg; Żelazo: 11.94 mg; Magnez: 273.72 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.83 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz ogółem: 50.94 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 3.36 g; Sód: 1205.00 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 71.00 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3760.28 mg; Wapń: 595.47 mg; Fosfor: 1086.07 mg; Żelazo: 11.93 mg; Magnez: 274.87 mg;

środa 2025-02-19 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka gotowana 130g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.20 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz ogółem: 51.32 g; Węglowodany ogółem: 262.62 g; Kw. tł. nasycone: 13.42 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1455.35 mg; Błonnik: 36.23 g; W tym cukry: 50.95 g; WW: 26.43 Por; Potas: 3964.73 mg; Wapń: 610.07 mg; Fosfor: 1213.72 mg; Żelazo: 13.59 mg; Magnez: 343.62 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-19		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica wieprzowa 40g , Salata maslowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa szpinakowa z jajkiem B/ML 300ml (JAJ, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jablkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Salatka z buraków i jablka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata maslowa 10g ,		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1761.84 kcal; Białko ogółem: 54.22 g; Tłuszcz ogółem: 72.60 g; Węglowodany ogółem: 227.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 1.58 g; Sód: 260.84 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 54.79 g; WW: 22.95 Por; Potas: 2973.64 mg; Wapń: 187.07 mg; Fosfor: 436.36 mg; Żelazo: 7.75 mg; Magnez: 153.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-19	Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny	
	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (<i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1761.90 kcal; Białko ogółem: 58.87 g; Tłuszcz ogółem: 53.00 g; Węglowodany ogółem: 232.04 g; Kw. tł.
nasycone: 6.84 g; Sól: 0.98 g; Sód: 293.43 mg; Błonnik: 19.96 g; W tym cukry: 15.37 g; WW: 23.36 Por; Potas: 2152.28 mg; Wapń: 160.11
mg; Fosfor: 461.61 mg; Żelazo: 5.78 mg; Magnez: 134.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2381.26 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz ogółem: 46.62 g; Węglowodany ogółem: 352.79 g; Kw. tł. nasycone: 17.14 g; Sól: 6.66 g; Sód: 2098.39 mg; Błonnik: 38.40 g; W tym cukry: 85.18 g; WW: 35.41 Por; Potas: 2996.75 mg; Wapń: 879.73 mg; Fosfor: 1271.51 mg; Żelazo: 9.64 mg; Magnez: 276.62 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2093.51 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz ogółem: 46.89 g; Węglowodany ogółem: 295.04 g; Kw. tł. nasycone: 15.18 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2220.39 mg; Błonnik: 44.39 g; W tym cukry: 51.82 g; WW: 29.72 Por; Potas: 2961.65 mg; Wapń: 877.33 mg; Fosfor: 1384.21 mg; Żelazo: 10.40 mg; Magnez: 362.17 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2171.28 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz ogółem: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 346.06 g; Kw. tł. nasycone: 19.40 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 34.84 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.01 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; Kw. tł. nasycone: 18.83 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2162.41 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyń) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Kcal: 2241.81 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 269.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.96 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 27.19 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2162.41 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2592.51 kcal; Białko ogółem: 124.12 g; Tłuszcz ogółem: 65.98 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; Kw. tł. nasycone: 32.00 g; Sól: 6.04 g; Sód: 1622.01 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 71.08 g; WW: 34.18 Por; Potas: 4440.10 mg; Wapń: 683.06 mg; Fosfor: 1612.64 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 310.54 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebule 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1846.72 kcal; Białko ogółem: 64.48 g; Tłuszcz ogółem: 38.48 g; Węglowodany ogółem: 270.04 g; Kw. tł. nasycone: 14.76 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1132.03 mg; Błonnik: 18.06 g; W tym cukry: 43.83 g; WW: 27.08 Por; Potas: 2852.37 mg; Wapń: 193.34 mg; Fosfor: 782.68 mg; Żelazo: 7.57 mg; Magnez: 188.80 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2084.21 kcal; Białko ogółem: 64.57 g; Tłuszcz ogółem: 46.45 g; Węglowodany ogółem: 310.17 g; Kw. tł. nasycone: 18.18 g; Sól: 2.83 g; Sód: 571.67 mg; Błonnik: 30.81 g; W tym cukry: 64.88 g; WW: 31.15 Por; Potas: 3632.50 mg; Wapń: 537.80 mg; Fosfor: 920.14 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 218.12 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rukola 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1893.86 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz ogółem: 45.30 g; Węglowodany ogółem: 301.20 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1200.59 mg; Błonnik: 26.69 g; W tym cukry: 52.63 g; WW: 30.34 Por; Potas: 3610.34 mg; Wapń: 226.50 mg; Fosfor: 955.99 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 241.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2094.76 kcal; Białko ogółem: 59.56 g; Tłuszcz ogółem: 51.11 g; Węglowodany ogółem: 310.66 g; Kw. tł. nasycone: 24.04 g; Sól: 5.88 g; Sód: 2298.37 mg; Błonnik: 36.58 g; W tym cukry: 61.27 g; WW: 31.11 Por; Potas: 3233.01 mg; Wapń: 886.05 mg; Fosfor: 1251.40 mg; Żelazo: 9.83 mg; Magnez: 305.18 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2197.87 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; Kw. tł. nasycone: 19.42 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1330.43 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 67.53 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3967.03 mg; Wapń: 577.33 mg; Fosfor: 1152.51 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 272.40 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),	Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.57 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 71.57 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2197.87 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; Kw. tł. nasycone: 19.42 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1330.43 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 67.53 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3967.03 mg; Wapń: 577.33 mg; Fosfor: 1152.51 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 272.40 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.01 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; Kw. tł. nasycone: 18.83 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.18 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz ogółem: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 304.35 g; Kw. tł. nasycone: 18.95 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1611.99 mg; Błonnik: 43.40 g; W tym cukry: 56.37 g; WW: 30.73 Por; Potas: 3980.96 mg; Wapń: 637.66 mg; Fosfor: 1473.70 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 419.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociolek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1835.16 kcal; Białko ogółem: 66.40 g; Tłuszcz ogółem: 52.89 g; Węglowodany ogółem: 281.58 g; Kw. tł. nasycone: 10.32 g; Sól: 2.91 g; Sód: 332.95 mg; Błonnik: 31.17 g; W tym cukry: 51.63 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3478.47 mg; Wapń: 199.40 mg; Fosfor: 787.32 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 204.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2381.26 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz ogółem: 46.62 g; Węglowodany ogółem: 352.79 g; Kw. tł. nasycone: 17.14 g; Sól: 6.66 g; Sód: 2098.39 mg; Błonnik: 38.40 g; W tym cukry: 85.18 g; WW: 35.41 Por; Potas: 2996.75 mg; Wapń: 879.73 mg; Fosfor: 1271.51 mg; Żelazo: 9.64 mg; Magnez: 276.62 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2093.51 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz ogółem: 46.89 g; Węglowodany ogółem: 295.04 g; Kw. tł. nasycone: 15.18 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2220.39 mg; Błonnik: 44.39 g; W tym cukry: 51.82 g; WW: 29.72 Por; Potas: 2961.65 mg; Wapń: 877.33 mg; Fosfor: 1384.21 mg; Żelazo: 10.40 mg; Magnez: 362.17 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2171.28 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz ogółem: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 346.06 g; Kw. tł. nasycone: 19.40 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 34.84 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.01 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; Kw. tł. nasycone: 18.83 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2162.41 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyń) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyń) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2241.81 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 269.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.96 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 27.19 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2162.41 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Szynka delikatkowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2592.51 kcal; Białko ogółem: 124.12 g; Tłuszcz ogółem: 65.98 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; Kw. tł. nasycone: 32.00 g; Sól: 6.04 g; Sód: 1622.01 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 71.08 g; WW: 34.18 Por; Potas: 4440.10 mg; Wapń: 683.06 mg; Fosfor: 1612.64 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 310.54 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1846.72 kcal; Białko ogółem: 64.48 g; Tłuszcz ogółem: 38.48 g; Węglowodany ogółem: 270.04 g; Kw. tł. nasycone: 14.76 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1132.03 mg; Błonnik: 18.06 g; W tym cukry: 43.83 g; WW: 27.08 Por; Potas: 2852.37 mg; Wapń: 193.34 mg; Fosfor: 782.68 mg; Żelazo: 7.57 mg; Magnez: 188.80 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2084.21 kcal; Białko ogółem: 64.57 g; Tłuszcz ogółem: 46.45 g; Węglowodany ogółem: 310.17 g; Kw. tł. nasycone: 18.18 g; Sól: 2.83 g; Sód: 571.67 mg; Błonnik: 30.81 g; W tym cukry: 64.88 g; WW: 31.15 Por; Potas: 3632.50 mg; Wapń: 537.80 mg; Fosfor: 920.14 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 218.12 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plasterach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1893.86 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz ogółem: 45.30 g; Węglowodany ogółem: 301.20 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1200.59 mg; Błonnik: 26.69 g; W tym cukry: 52.63 g; WW: 30.34 Por; Potas: 3610.34 mg; Wapń: 226.50 mg; Fosfor: 955.99 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 241.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,			Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2094.76 kcal; Białko ogółem: 59.56 g; Tłuszcz ogółem: 51.11 g; Węglowodany ogółem: 310.66 g; Kw. tł. nasycone: 24.04 g; Sól: 5.88 g; Sód: 2298.37 mg; Błonnik: 36.58 g; W tym cukry: 61.27 g; WW: 31.11 Por; Potas: 3233.01 mg; Wapń: 886.05 mg; Fosfor: 1251.40 mg; Żelazo: 9.83 mg; Magnez: 305.18 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2197.87 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; Kw. tł. nasycone: 19.42 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1330.43 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 67.53 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3967.03 mg; Wapń: 577.33 mg; Fosfor: 1152.51 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 272.40 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.57 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 71.57 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2197.87 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; Kw. tł. nasycone: 19.42 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1330.43 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 67.53 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3967.03 mg; Wapń: 577.33 mg; Fosfor: 1152.51 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 272.40 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.01 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; Kw. tł. nasycone: 18.83 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.18 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz ogółem: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 304.35 g; Kw. tł. nasycone: 18.95 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1611.99 mg; Błonnik: 43.40 g; W tym cukry: 56.37 g; WW: 30.73 Por; Potas: 3980.96 mg; Wapń: 637.66 mg; Fosfor: 1473.70 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 419.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociolek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1835.16 kcal; Białko ogółem: 66.40 g; Tłuszcz ogółem: 52.89 g; Węglowodany ogółem: 281.58 g; Kw. tł. nasycone: 10.32 g; Sól: 2.91 g; Sód: 332.95 mg; Błonnik: 31.17 g; W tym cukry: 51.63 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3478.47 mg; Wapń: 199.40 mg; Fosfor: 787.32 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 204.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMIT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleciną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2381.26 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz ogółem: 46.62 g; Węglowodany ogółem: 352.79 g; Kw. tł. nasycone: 17.14 g; Sól: 6.66 g; Sód: 2098.39 mg; Błonnik: 38.40 g; W tym cukry: 85.18 g; WW: 35.41 Por; Potas: 2996.75 mg; Wapń: 879.73 mg; Fosfor: 1271.51 mg; Żelazo: 9.64 mg; Magnez: 276.62 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleciną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2093.51 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz ogółem: 46.89 g; Węglowodany ogółem: 295.04 g; Kw. tł. nasycone: 15.18 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2220.39 mg; Błonnik: 44.39 g; W tym cukry: 51.82 g; WW: 29.72 Por; Potas: 2961.65 mg; Wapń: 877.33 mg; Fosfor: 1384.21 mg; Żelazo: 10.40 mg; Magnez: 362.17 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2171.28 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz ogółem: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 346.06 g; Kw. tł. nasycone: 19.40 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 34.84 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.01 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; Kw. tł. nasycone: 18.83 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2162.41 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyńiu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2241.81 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 269.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.96 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 27.19 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2162.41 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2592.51 kcal; Białko ogółem: 124.12 g; Tłuszcz ogółem: 65.98 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; Kw. tł. nasycone: 32.00 g; Sól: 6.04 g; Sód: 1622.01 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 71.08 g; WW: 34.18 Por; Potas: 4440.10 mg; Wapń: 683.06 mg; Fosfor: 1612.64 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 310.54 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1846.72 kcal; Białko ogółem: 64.48 g; Tłuszcz ogółem: 38.48 g; Węglowodany ogółem: 270.04 g; Kw. tł. nasycone: 14.76 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1132.03 mg; Błonnik: 18.06 g; W tym cukry: 43.83 g; WW: 27.08 Por; Potas: 2852.37 mg; Wapń: 193.34 mg; Fosfor: 782.68 mg; Żelazo: 7.57 mg; Magnez: 188.80 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2084.21 kcal; Białko ogółem: 64.57 g; Tłuszcz ogółem: 46.45 g; Węglowodany ogółem: 310.17 g; Kw. tł. nasycone: 18.18 g; Sól: 2.83 g; Sód: 571.67 mg; Błonnik: 30.81 g; W tym cukry: 64.88 g; WW: 31.15 Por; Potas: 3632.50 mg; Wapń: 537.80 mg; Fosfor: 920.14 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 218.12 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1893.86 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz ogółem: 45.30 g; Węglowodany ogółem: 301.20 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1200.59 mg; Błonnik: 26.69 g; W tym cukry: 52.63 g; WW: 30.34 Por; Potas: 3610.34 mg; Wapń: 226.50 mg; Fosfor: 955.99 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 241.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2094.76 kcal; Białko ogółem: 59.56 g; Tłuszcz ogółem: 51.11 g; Węglowodany ogółem: 310.66 g; Kw. tł. nasycone: 24.04 g; Sól: 5.88 g; Sód: 2298.37 mg; Błonnik: 36.58 g; W tym cukry: 61.27 g; WW: 31.11 Por; Potas: 3233.01 mg; Wapń: 886.05 mg; Fosfor: 1251.40 mg; Żelazo: 9.83 mg; Magnez: 305.18 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2197.87 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; Kw. tł. nasycone: 19.42 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1330.43 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 67.53 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3967.03 mg; Wapń: 577.33 mg; Fosfor: 1152.51 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 272.40 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),	Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.57 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 71.57 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2197.87 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; Kw. tł. nasycone: 19.42 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1330.43 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 67.53 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3967.03 mg; Wapń: 577.33 mg; Fosfor: 1152.51 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 272.40 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.01 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; Kw. tł. nasycone: 18.83 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.18 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz ogółem: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 304.35 g; Kw. tł. nasycone: 18.95 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1611.99 mg; Błonnik: 43.40 g; W tym cukry: 56.37 g; WW: 30.73 Por; Potas: 3980.96 mg; Wapń: 637.66 mg; Fosfor: 1473.70 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 419.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociolek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1835.16 kcal; Białko ogółem: 66.40 g; Tłuszcz ogółem: 52.89 g; Węglowodany ogółem: 281.58 g; Kw. tł. nasycone: 10.32 g; Sól: 2.91 g; Sód: 332.95 mg; Błonnik: 31.17 g; W tym cukry: 51.63 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3478.47 mg; Wapń: 199.40 mg; Fosfor: 787.32 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 204.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2381.26 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz ogółem: 46.62 g; Węglowodany ogółem: 352.79 g; Kw. tł. nasycone: 17.14 g; Sól: 6.66 g; Sód: 2098.39 mg; Błonnik: 38.40 g; W tym cukry: 85.18 g; WW: 35.41 Por; Potas: 2996.75 mg; Wapń: 879.73 mg; Fosfor: 1271.51 mg; Żelazo: 9.64 mg; Magnez: 276.62 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2093.51 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz ogółem: 46.89 g; Węglowodany ogółem: 295.04 g; Kw. tł. nasycone: 15.18 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2220.39 mg; Błonnik: 44.39 g; W tym cukry: 51.82 g; WW: 29.72 Por; Potas: 2961.65 mg; Wapń: 877.33 mg; Fosfor: 1384.21 mg; Żelazo: 10.40 mg; Magnez: 362.17 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2171.28 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz ogółem: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 346.06 g; Kw. tł. nasycone: 19.40 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 34.84 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.01 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; Kw. tł. nasycone: 18.83 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2162.41 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyńiu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2241.81 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 269.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.96 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 27.19 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2162.41 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Szynka delikatkowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2592.51 kcal; Białko ogółem: 124.12 g; Tłuszcz ogółem: 65.98 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; Kw. tł. nasycone: 32.00 g; Sól: 6.04 g; Sód: 1622.01 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 71.08 g; WW: 34.18 Por; Potas: 4440.10 mg; Wapń: 683.06 mg; Fosfor: 1612.64 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 310.54 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1846.72 kcal; Białko ogółem: 64.48 g; Tłuszcz ogółem: 38.48 g; Węglowodany ogółem: 270.04 g; Kw. tł. nasycone: 14.76 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1132.03 mg; Błonnik: 18.06 g; W tym cukry: 43.83 g; WW: 27.08 Por; Potas: 2852.37 mg; Wapń: 193.34 mg; Fosfor: 782.68 mg; Żelazo: 7.57 mg; Magnez: 188.80 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2084.21 kcal; Białko ogółem: 64.57 g; Tłuszcz ogółem: 46.45 g; Węglowodany ogółem: 310.17 g; Kw. tł. nasycone: 18.18 g; Sól: 2.83 g; Sód: 571.67 mg; Błonnik: 30.81 g; W tym cukry: 64.88 g; WW: 31.15 Por; Potas: 3632.50 mg; Wapń: 537.80 mg; Fosfor: 920.14 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 218.12 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plasterach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1893.86 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz ogółem: 45.30 g; Węglowodany ogółem: 301.20 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1200.59 mg; Błonnik: 26.69 g; W tym cukry: 52.63 g; WW: 30.34 Por; Potas: 3610.34 mg; Wapń: 226.50 mg; Fosfor: 955.99 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 241.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,			Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2094.76 kcal; Białko ogółem: 59.56 g; Tłuszcz ogółem: 51.11 g; Węglowodany ogółem: 310.66 g; Kw. tł. nasycone: 24.04 g; Sól: 5.88 g; Sód: 2298.37 mg; Błonnik: 36.58 g; W tym cukry: 61.27 g; WW: 31.11 Por; Potas: 3233.01 mg; Wapń: 886.05 mg; Fosfor: 1251.40 mg; Żelazo: 9.83 mg; Magnez: 305.18 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2197.87 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; Kw. tł. nasycone: 19.42 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1330.43 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 67.53 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3967.03 mg; Wapń: 577.33 mg; Fosfor: 1152.51 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 272.40 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.57 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 71.57 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2197.87 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; Kw. tł. nasycone: 19.42 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1330.43 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 67.53 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3967.03 mg; Wapń: 577.33 mg; Fosfor: 1152.51 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 272.40 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.01 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; Kw. tł. nasycone: 18.83 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.18 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz ogółem: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 304.35 g; Kw. tł. nasycone: 18.95 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1611.99 mg; Błonnik: 43.40 g; W tym cukry: 56.37 g; WW: 30.73 Por; Potas: 3980.96 mg; Wapń: 637.66 mg; Fosfor: 1473.70 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 419.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociolek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1835.16 kcal; Białko ogółem: 66.40 g; Tłuszcz ogółem: 52.89 g; Węglowodany ogółem: 281.58 g; Kw. tł. nasycone: 10.32 g; Sól: 2.91 g; Sód: 332.95 mg; Błonnik: 31.17 g; W tym cukry: 51.63 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3478.47 mg; Wapń: 199.40 mg; Fosfor: 787.32 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 204.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleciną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2381.26 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz ogółem: 46.62 g; Węglowodany ogółem: 352.79 g; Kw. tł. nasycone: 17.14 g; Sól: 6.66 g; Sód: 2098.39 mg; Błonnik: 38.40 g; W tym cukry: 85.18 g; WW: 35.41 Por; Potas: 2996.75 mg; Wapń: 879.73 mg; Fosfor: 1271.51 mg; Żelazo: 9.64 mg; Magnez: 276.62 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleciną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2093.51 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz ogółem: 46.89 g; Węglowodany ogółem: 295.04 g; Kw. tł. nasycone: 15.18 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2220.39 mg; Błonnik: 44.39 g; W tym cukry: 51.82 g; WW: 29.72 Por; Potas: 2961.65 mg; Wapń: 877.33 mg; Fosfor: 1384.21 mg; Żelazo: 10.40 mg; Magnez: 362.17 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2171.28 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz ogółem: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 346.06 g; Kw. tł. nasycone: 19.40 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 34.84 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.01 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; Kw. tł. nasycone: 18.83 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2162.41 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyńiu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2241.81 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 269.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.96 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 27.19 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2162.41 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2592.51 kcal; Białko ogółem: 124.12 g; Tłuszcz ogółem: 65.98 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; Kw. tł. nasycone: 32.00 g; Sól: 6.04 g; Sód: 1622.01 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 71.08 g; WW: 34.18 Por; Potas: 4440.10 mg; Wapń: 683.06 mg; Fosfor: 1612.64 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 310.54 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1846.72 kcal; Białko ogółem: 64.48 g; Tłuszcz ogółem: 38.48 g; Węglowodany ogółem: 270.04 g; Kw. tł. nasycone: 14.76 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1132.03 mg; Błonnik: 18.06 g; W tym cukry: 43.83 g; WW: 27.08 Por; Potas: 2852.37 mg; Wapń: 193.34 mg; Fosfor: 782.68 mg; Żelazo: 7.57 mg; Magnez: 188.80 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2084.21 kcal; Białko ogółem: 64.57 g; Tłuszcz ogółem: 46.45 g; Węglowodany ogółem: 310.17 g; Kw. tł. nasycone: 18.18 g; Sól: 2.83 g; Sód: 571.67 mg; Błonnik: 30.81 g; W tym cukry: 64.88 g; WW: 31.15 Por; Potas: 3632.50 mg; Wapń: 537.80 mg; Fosfor: 920.14 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 218.12 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1893.86 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz ogółem: 45.30 g; Węglowodany ogółem: 301.20 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1200.59 mg; Błonnik: 26.69 g; W tym cukry: 52.63 g; WW: 30.34 Por; Potas: 3610.34 mg; Wapń: 226.50 mg; Fosfor: 955.99 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 241.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2094.76 kcal; Białko ogółem: 59.56 g; Tłuszcz ogółem: 51.11 g; Węglowodany ogółem: 310.66 g; Kw. tł. nasycone: 24.04 g; Sól: 5.88 g; Sód: 2298.37 mg; Błonnik: 36.58 g; W tym cukry: 61.27 g; WW: 31.11 Por; Potas: 3233.01 mg; Wapń: 886.05 mg; Fosfor: 1251.40 mg; Żelazo: 9.83 mg; Magnez: 305.18 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2197.87 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; Kw. tł. nasycone: 19.42 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1330.43 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 67.53 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3967.03 mg; Wapń: 577.33 mg; Fosfor: 1152.51 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 272.40 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),	Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.57 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 71.57 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2197.87 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; Kw. tł. nasycone: 19.42 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1330.43 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 67.53 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3967.03 mg; Wapń: 577.33 mg; Fosfor: 1152.51 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 272.40 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.01 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; Kw. tł. nasycone: 18.83 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.18 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz ogółem: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 304.35 g; Kw. tł. nasycone: 18.95 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1611.99 mg; Błonnik: 43.40 g; W tym cukry: 56.37 g; WW: 30.73 Por; Potas: 3980.96 mg; Wapń: 637.66 mg; Fosfor: 1473.70 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 419.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociolek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1835.16 kcal; Białko ogółem: 66.40 g; Tłuszcz ogółem: 52.89 g; Węglowodany ogółem: 281.58 g; Kw. tł. nasycone: 10.32 g; Sól: 2.91 g; Sód: 332.95 mg; Błonnik: 31.17 g; W tym cukry: 51.63 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3478.47 mg; Wapń: 199.40 mg; Fosfor: 787.32 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 204.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleciną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2381.26 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz ogółem: 46.62 g; Węglowodany ogółem: 352.79 g; Kw. tł. nasycone: 17.14 g; Sól: 6.66 g; Sód: 2098.39 mg; Błonnik: 38.40 g; W tym cukry: 85.18 g; WW: 35.41 Por; Potas: 2996.75 mg; Wapń: 879.73 mg; Fosfor: 1271.51 mg; Żelazo: 9.64 mg; Magnez: 276.62 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleciną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2093.51 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz ogółem: 46.89 g; Węglowodany ogółem: 295.04 g; Kw. tł. nasycone: 15.18 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2220.39 mg; Błonnik: 44.39 g; W tym cukry: 51.82 g; WW: 29.72 Por; Potas: 2961.65 mg; Wapń: 877.33 mg; Fosfor: 1384.21 mg; Żelazo: 10.40 mg; Magnez: 362.17 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2171.28 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz ogółem: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 346.06 g; Kw. tł. nasycone: 19.40 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 34.84 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.01 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; Kw. tł. nasycone: 18.83 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2162.41 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyńiu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2241.81 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 269.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.96 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 27.19 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2162.41 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz ogółem: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; Kw. tł. nasycone: 19.38 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Szynka delikatkowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2592.51 kcal; Białko ogółem: 124.12 g; Tłuszcz ogółem: 65.98 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; Kw. tł. nasycone: 32.00 g; Sól: 6.04 g; Sód: 1622.01 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 71.08 g; WW: 34.18 Por; Potas: 4440.10 mg; Wapń: 683.06 mg; Fosfor: 1612.64 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 310.54 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1846.72 kcal; Białko ogółem: 64.48 g; Tłuszcz ogółem: 38.48 g; Węglowodany ogółem: 270.04 g; Kw. tł. nasycone: 14.76 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1132.03 mg; Błonnik: 18.06 g; W tym cukry: 43.83 g; WW: 27.08 Por; Potas: 2852.37 mg; Wapń: 193.34 mg; Fosfor: 782.68 mg; Żelazo: 7.57 mg; Magnez: 188.80 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2084.21 kcal; Białko ogółem: 64.57 g; Tłuszcz ogółem: 46.45 g; Węglowodany ogółem: 310.17 g; Kw. tł. nasycone: 18.18 g; Sól: 2.83 g; Sód: 571.67 mg; Błonnik: 30.81 g; W tym cukry: 64.88 g; WW: 31.15 Por; Potas: 3632.50 mg; Wapń: 537.80 mg; Fosfor: 920.14 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 218.12 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plasterach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1893.86 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz ogółem: 45.30 g; Węglowodany ogółem: 301.20 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1200.59 mg; Błonnik: 26.69 g; W tym cukry: 52.63 g; WW: 30.34 Por; Potas: 3610.34 mg; Wapń: 226.50 mg; Fosfor: 955.99 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 241.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2094.76 kcal; Białko ogółem: 59.56 g; Tłuszcz ogółem: 51.11 g; Węglowodany ogółem: 310.66 g; Kw. tł. nasycone: 24.04 g; Sól: 5.88 g; Sód: 2298.37 mg; Błonnik: 36.58 g; W tym cukry: 61.27 g; WW: 31.11 Por; Potas: 3233.01 mg; Wapń: 886.05 mg; Fosfor: 1251.40 mg; Żelazo: 9.83 mg; Magnez: 305.18 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2197.87 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; Kw. tł. nasycone: 19.42 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1330.43 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 67.53 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3967.03 mg; Wapń: 577.33 mg; Fosfor: 1152.51 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 272.40 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),	Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.57 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.32 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 71.57 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3661.42 mg; Wapń: 157.88 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2197.87 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; Kw. tł. nasycone: 19.42 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1330.43 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 67.53 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3967.03 mg; Wapń: 577.33 mg; Fosfor: 1152.51 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 272.40 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.01 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; Kw. tł. nasycone: 18.83 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1327.01 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.70 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3823.17 mg; Wapń: 567.40 mg; Fosfor: 1138.71 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 265.07 mg;

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mandarynka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.18 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz ogółem: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 304.35 g; Kw. tł. nasycone: 18.95 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1611.99 mg; Błonnik: 43.40 g; W tym cukry: 56.37 g; WW: 30.73 Por; Potas: 3980.96 mg; Wapń: 637.66 mg; Fosfor: 1473.70 mg; Żelazo: 12.46 mg; Magnez: 419.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-20		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociolek meksykański z kurczkiem b/fasoli 200g (SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1835.16 kcal; Białko ogółem: 66.40 g; Tłuszcz ogółem: 52.89 g; Węglowodany ogółem: 281.58 g; Kw. tł. nasycone: 10.32 g; Sól: 2.91 g; Sód: 332.95 mg; Błonnik: 31.17 g; W tym cukry: 51.63 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3478.47 mg; Wapń: 199.40 mg; Fosfor: 787.32 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 204.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-20	Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny	
	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1914.65 kcal; Białko ogółem: 60.16 g; Tłuszcz ogółem: 51.73 g; Węglowodany ogółem: 271.39 g; Kw. tł.
nasycone: 5.79 g; Sól: 0.69 g; Sód: 273.61 mg; Błonnik: 24.09 g; W tym cukry: 19.80 g; WW: 27.30 Por; Potas: 2228.03 mg; Wapń: 149.46
mg; Fosfor: 612.68 mg; Żelazo: 4.98 mg; Magnez: 130.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2142.11 kcal; Białko ogółem: 83.03 g; Tłuszcz ogółem: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 329.36 g; Kw. tł. nasycone: 10.79 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1518.15 mg; Błonnik: 37.35 g; W tym cukry: 77.55 g; WW: 32.99 Por; Potas: 3527.58 mg; Wapń: 688.28 mg; Fosfor: 1053.89 mg; Żelazo: 11.84 mg; Magnez: 322.12 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1850.13 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz ogółem: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 269.08 g; Kw. tł. nasycone: 8.73 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1540.42 mg; Błonnik: 38.34 g; W tym cukry: 46.10 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3583.84 mg; Wapń: 691.66 mg; Fosfor: 1132.06 mg; Żelazo: 12.75 mg; Magnez: 353.90 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.55 kcal; Białko ogółem: 79.34 g; Tłuszcz ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 320.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 32.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1875.85 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz ogółem: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 300.21 g; Kw. tł. nasycone: 9.19 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 30.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 80g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica wieprzowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1744.86 kcal; Białko ogółem: 57.48 g; Tłuszcz ogółem: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 268.90 g; Kw. tł. nasycone: 7.71 g; Sól: 1.81 g; Sód: 315.29 mg; Błonnik: 26.22 g; W tym cukry: 58.79 g; WW: 27.09 Por; Potas: 2486.20 mg; Wapń: 505.45 mg; Fosfor: 541.95 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 176.39 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z płatkami owsianymi z masłem, biskoptami i bananem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biskoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2388.62 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz ogółem: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 321.07 g; Kw. tł. nasycone: 22.54 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.66 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 104.81 g; WW: 32.43 Por; Potas: 4222.50 mg; Wapń: 794.16 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE , SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.05 kcal; Białko ogółem: 79.24 g; Tłuszcz ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 300.26 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 30.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE , SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (MLE), Szynka delikatna drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.39 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz ogółem: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 295.16 g; Kw. tł. nasycone: 20.11 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1277.43 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 65.52 g; WW: 29.74 Por; Potas: 2866.30 mg; Wapń: 657.91 mg; Fosfor: 953.73 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 226.27 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE , SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1626.27 kcal; Białko ogółem: 69.66 g; Tłuszcz ogółem: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 250.61 g; Kw. tł. nasycone: 4.74 g; Sól: 3.40 g; Sód: 927.66 mg; Błonnik: 16.08 g; W tym cukry: 42.20 g; WW: 25.25 Por; Potas: 2037.21 mg; Wapń: 247.71 mg; Fosfor: 525.13 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 171.79 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE , SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1606.52 kcal; Białko ogółem: 54.11 g; Tłuszcz ogółem: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 248.74 g; Kw. tł. nasycone: 6.70 g; Sól: 1.66 g; Sód: 231.64 mg; Błonnik: 23.39 g; W tym cukry: 47.59 g; WW: 25.05 Por; Potas: 2184.24 mg; Wapń: 248.16 mg; Fosfor: 403.35 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 150.49 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ , MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1713.95 kcal; Białko ogółem: 65.41 g; Tłuszcz ogółem: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 274.45 g; Kw. tł. nasycone: 7.64 g; Sól: 4.74 g; Sód: 975.17 mg; Błonnik: 23.34 g; W tym cukry: 63.09 g; WW: 27.69 Por; Potas: 2585.65 mg; Wapń: 229.25 mg; Fosfor: 477.95 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 188.89 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE , SEL), Tofu w plasterkach 100g (SOJ), Sos koperkowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (GLU), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1998.46 kcal; Białko ogółem: 63.42 g; Tłuszcz ogółem: 41.03 g; Węglowodany ogółem: 291.35 g; Kw. tł. nasycone: 20.24 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1521.66 mg; Błonnik: 31.89 g; W tym cukry: 59.70 g; WW: 29.18 Por; Potas: 3074.88 mg; Wapń: 629.38 mg; Fosfor: 992.79 mg; Żelazo: 10.26 mg; Magnez: 279.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-21Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Szpinak duszony b/soli 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną b/soli 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1918.00 kcal; Białko ogółem: 79.45 g; Tłuszcz ogółem: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 301.44 g; Kw. tł. nasycone: 9.48 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1098.78 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 62.90 g; WW: 30.40 Por; Potas: 2801.23 mg; Wapń: 580.43 mg; Fosfor: 782.68 mg; Żelazo: 8.84 mg; Magnez: 219.05 mg;

piątek 2025-02-21Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2393.21 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 379.96 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.12 g; Sód: 444.49 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 83.60 g; WW: 38.33 Por; Potas: 4490.70 mg; Wapń: 195.19 mg; Fosfor: 1390.92 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-02-21Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) b/soli 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Szpinak duszony b/soli 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną b/soli 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1918.00 kcal; Białko ogółem: 79.45 g; Tłuszcz ogółem: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 301.44 g; Kw. tł. nasycone: 9.48 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1098.78 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 62.90 g; WW: 30.40 Por; Potas: 2801.23 mg; Wapń: 580.43 mg; Fosfor: 782.68 mg; Żelazo: 8.84 mg; Magnez: 219.05 mg;

piątek 2025-02-21Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1875.85 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz ogółem: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 300.21 g; Kw. tł. nasycone: 9.19 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 30.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1855.33 kcal; Białko ogółem: 88.61 g; Tłuszcz ogółem: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 265.83 g; Kw. tł. nasycone: 8.76 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1521.52 mg; Błonnik: 35.74 g; W tym cukry: 44.41 g; WW: 26.73 Por; Potas: 3516.64 mg; Wapń: 692.76 mg; Fosfor: 1104.46 mg; Żelazo: 12.72 mg; Magnez: 353.30 mg;

piątek 2025-02-21Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopočka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1760.11 kcal; Białko ogółem: 49.66 g; Tłuszcz ogółem: 65.02 g; Węglowodany ogółem: 251.02 g; Kw. tł. nasycone: 9.01 g; Sól: 2.84 g; Sód: 216.95 mg; Błonnik: 26.90 g; W tym cukry: 60.64 g; WW: 25.28 Por; Potas: 2346.69 mg; Wapń: 197.15 mg; Fosfor: 319.83 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 150.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2142.11 kcal; Białko ogółem: 83.03 g; Tłuszcz ogółem: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 329.36 g; Kw. tł. nasycone: 10.79 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1518.15 mg; Błonnik: 37.35 g; W tym cukry: 77.55 g; WW: 32.99 Por; Potas: 3527.58 mg; Wapń: 688.28 mg; Fosfor: 1053.89 mg; Żelazo: 11.84 mg; Magnez: 322.12 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1850.13 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz ogółem: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 269.08 g; Kw. tł. nasycone: 8.73 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1540.42 mg; Błonnik: 38.34 g; W tym cukry: 46.10 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3583.84 mg; Wapń: 691.66 mg; Fosfor: 1132.06 mg; Żelazo: 12.75 mg; Magnez: 353.90 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.55 kcal; Białko ogółem: 79.34 g; Tłuszcz ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 320.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 32.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1875.85 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz ogółem: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 300.21 g; Kw. tł. nasycone: 9.19 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 30.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 80g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica wieprzowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1744.86 kcal; Białko ogółem: 57.48 g; Tłuszcz ogółem: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 268.90 g; Kw. tł. nasycone: 7.71 g; Sól: 1.81 g; Sód: 315.29 mg; Błonnik: 26.22 g; W tym cukry: 58.79 g; WW: 27.09 Por; Potas: 2486.20 mg; Wapń: 505.45 mg; Fosfor: 541.95 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 176.39 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2388.62 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz ogółem: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 321.07 g; Kw. tł. nasycone: 22.54 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.66 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 104.81 g; WW: 32.43 Por; Potas: 4222.50 mg; Wapń: 794.16 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.05 kcal; Białko ogółem: 79.24 g; Tłuszcz ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 300.26 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 30.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.39 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz ogółem: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 295.16 g; Kw. tł. nasycone: 20.11 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1277.43 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 65.52 g; WW: 29.74 Por; Potas: 2866.30 mg; Wapń: 657.91 mg; Fosfor: 953.73 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 226.27 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1626.27 kcal; Białko ogółem: 69.66 g; Tłuszcz ogółem: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 250.61 g; Kw. tł. nasycone: 4.74 g; Sól: 3.40 g; Sód: 927.66 mg; Błonnik: 16.08 g; W tym cukry: 42.20 g; WW: 25.25 Por; Potas: 2037.21 mg; Wapń: 247.71 mg; Fosfor: 525.13 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 171.79 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1606.52 kcal; Białko ogółem: 54.11 g; Tłuszcz ogółem: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 248.74 g; Kw. tł. nasycone: 6.70 g; Sól: 1.66 g; Sód: 231.64 mg; Błonnik: 23.39 g; W tym cukry: 47.59 g; WW: 25.05 Por; Potas: 2184.24 mg; Wapń: 248.16 mg; Fosfor: 403.35 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 150.49 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1713.95 kcal; Białko ogółem: 65.41 g; Tłuszcz ogółem: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 274.45 g; Kw. tł. nasycone: 7.64 g; Sól: 4.74 g; Sód: 975.17 mg; Błonnik: 23.34 g; W tym cukry: 63.09 g; WW: 27.69 Por; Potas: 2585.65 mg; Wapń: 229.25 mg; Fosfor: 477.95 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 188.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE , SEL), Tofu w plasterkach 100g (SOJ), Sos koperkowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (GLU), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1998.46 kcal; Białko ogółem: 63.42 g; Tłuszcz ogółem: 41.03 g; Węglowodany ogółem: 291.35 g; Kw. tł. nasycone: 20.24 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1521.66 mg; Błonnik: 31.89 g; W tym cukry: 59.70 g; WW: 29.18 Por; Potas: 3074.88 mg; Wapń: 629.38 mg; Fosfor: 992.79 mg; Żelazo: 10.26 mg; Magnez: 279.22 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Salata maslowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/soli 300ml (MLE , SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) b/soli 100g (RYB), Sos koperkowy b/soli 60ml (GLU), Ziemniaki b/soli 200g , Szpinak duszony b/soli 100g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną b/soli 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1918.00 kcal; Białko ogółem: 79.45 g; Tłuszcz ogółem: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 301.44 g; Kw. tł. nasycone: 9.48 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1098.78 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 62.90 g; WW: 30.40 Por; Potas: 2801.23 mg; Wapń: 580.43 mg; Fosfor: 782.68 mg; Żelazo: 8.84 mg; Magnez: 219.05 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU , SEL), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU , SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU , SEL), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2393.21 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 379.96 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.12 g; Sód: 444.49 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 83.60 g; WW: 38.33 Por; Potas: 4490.70 mg; Wapń: 195.19 mg; Fosfor: 1390.92 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Salata maslowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/soli 300ml (MLE , SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) b/soli 100g (RYB), Sos koperkowy b/soli 60ml (GLU), Ziemniaki b/soli 200g , Szpinak duszony b/soli 100g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną b/soli 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1918.00 kcal; Białko ogółem: 79.45 g; Tłuszcz ogółem: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 301.44 g; Kw. tł. nasycone: 9.48 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1098.78 mg; Błonnik: 22.98 g; W tym cukry: 62.90 g; WW: 30.40 Por; Potas: 2801.23 mg; Wapń: 580.43 mg; Fosfor: 782.68 mg; Żelazo: 8.84 mg; Magnez: 219.05 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Salata maslowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE , SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1875.85 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz ogółem: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 300.21 g; Kw. tł. nasycone: 9.19 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 30.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE , SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (GLU), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 30g , Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1855.33 kcal; Białko ogółem: 88.61 g; Tłuszcz ogółem: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 265.83 g; Kw. tł. nasycone: 8.76 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1521.52 mg; Błonnik: 35.74 g; W tym cukry: 44.41 g; WW: 26.73 Por; Potas: 3516.64 mg; Wapń: 692.76 mg; Fosfor: 1104.46 mg; Żelazo: 12.72 mg; Magnez: 353.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-21		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Salata maslowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Jablko 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1760.11 kcal; Białko ogółem: 49.66 g; Tłuszcz ogółem: 65.02 g; Węglowodany ogółem: 251.02 g; Kw. tł. nasycone: 9.01 g; Sól: 2.84 g; Sód: 216.95 mg; Błonnik: 26.90 g; W tym cukry: 60.64 g; WW: 25.28 Por; Potas: 2346.69 mg; Wapń: 197.15 mg; Fosfor: 319.83 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 150.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2142.11 kcal; Białko ogółem: 83.03 g; Tłuszcz ogółem: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 329.36 g; Kw. tł. nasycone: 10.79 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1518.15 mg; Błonnik: 37.35 g; W tym cukry: 77.55 g; WW: 32.99 Por; Potas: 3527.58 mg; Wapń: 688.28 mg; Fosfor: 1053.89 mg; Żelazo: 11.84 mg; Magnez: 322.12 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1850.13 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz ogółem: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 269.08 g; Kw. tł. nasycone: 8.73 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1540.42 mg; Błonnik: 38.34 g; W tym cukry: 46.10 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3583.84 mg; Wapń: 691.66 mg; Fosfor: 1132.06 mg; Żelazo: 12.75 mg; Magnez: 353.90 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.55 kcal; Białko ogółem: 79.34 g; Tłuszcz ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 320.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 32.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1875.85 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz ogółem: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 300.21 g; Kw. tł. nasycone: 9.19 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 30.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 80g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica wieprzowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1744.86 kcal; Białko ogółem: 57.48 g; Tłuszcz ogółem: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 268.90 g; Kw. tł. nasycone: 7.71 g; Sól: 1.81 g; Sód: 315.29 mg; Błonnik: 26.22 g; W tym cukry: 58.79 g; WW: 27.09 Por; Potas: 2486.20 mg; Wapń: 505.45 mg; Fosfor: 541.95 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 176.39 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2388.62 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz ogółem: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 321.07 g; Kw. tł. nasycone: 22.54 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.66 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 104.81 g; WW: 32.43 Por; Potas: 4222.50 mg; Wapń: 794.16 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.05 kcal; Białko ogółem: 79.24 g; Tłuszcz ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 300.26 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 30.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.39 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz ogółem: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 295.16 g; Kw. tł. nasycone: 20.11 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1277.43 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 65.52 g; WW: 29.74 Por; Potas: 2866.30 mg; Wapń: 657.91 mg; Fosfor: 953.73 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 226.27 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1626.27 kcal; Białko ogółem: 69.66 g; Tłuszcz ogółem: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 250.61 g; Kw. tł. nasycone: 4.74 g; Sól: 3.40 g; Sód: 927.66 mg; Błonnik: 16.08 g; W tym cukry: 42.20 g; WW: 25.25 Por; Potas: 2037.21 mg; Wapń: 247.71 mg; Fosfor: 525.13 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 171.79 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1606.52 kcal; Białko ogółem: 54.11 g; Tłuszcz ogółem: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 248.74 g; Kw. tł. nasycone: 6.70 g; Sól: 1.66 g; Sód: 231.64 mg; Błonnik: 23.39 g; W tym cukry: 47.59 g; WW: 25.05 Por; Potas: 2184.24 mg; Wapń: 248.16 mg; Fosfor: 403.35 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 150.49 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1713.95 kcal; Białko ogółem: 65.41 g; Tłuszcz ogółem: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 274.45 g; Kw. tł. nasycone: 7.64 g; Sól: 4.74 g; Sód: 975.17 mg; Błonnik: 23.34 g; W tym cukry: 63.09 g; WW: 27.69 Por; Potas: 2585.65 mg; Wapń: 229.25 mg; Fosfor: 477.95 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 188.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-21		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Salata maslowa 20g ,		Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Jablko 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1760.11 kcal; Białko ogółem: 49.66 g; Tłuszcz ogółem: 65.02 g; Węglowodany ogółem: 251.02 g; Kw. tł. nasycone: 9.01 g; Sól: 2.84 g; Sód: 216.95 mg; Błonnik: 26.90 g; W tym cukry: 60.64 g; WW: 25.28 Por; Potas: 2346.69 mg; Wapń: 197.15 mg; Fosfor: 319.83 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 150.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2142.11 kcal; Białko ogółem: 83.03 g; Tłuszcz ogółem: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 329.36 g; Kw. tł. nasycone: 10.79 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1518.15 mg; Błonnik: 37.35 g; W tym cukry: 77.55 g; WW: 32.99 Por; Potas: 3527.58 mg; Wapń: 688.28 mg; Fosfor: 1053.89 mg; Żelazo: 11.84 mg; Magnez: 322.12 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1850.13 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz ogółem: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 269.08 g; Kw. tł. nasycone: 8.73 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1540.42 mg; Błonnik: 38.34 g; W tym cukry: 46.10 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3583.84 mg; Wapń: 691.66 mg; Fosfor: 1132.06 mg; Żelazo: 12.75 mg; Magnez: 353.90 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.55 kcal; Białko ogółem: 79.34 g; Tłuszcz ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 320.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 32.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1875.85 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz ogółem: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 300.21 g; Kw. tł. nasycone: 9.19 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 30.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 80g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica wieprzowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1744.86 kcal; Białko ogółem: 57.48 g; Tłuszcz ogółem: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 268.90 g; Kw. tł. nasycone: 7.71 g; Sól: 1.81 g; Sód: 315.29 mg; Błonnik: 26.22 g; W tym cukry: 58.79 g; WW: 27.09 Por; Potas: 2486.20 mg; Wapń: 505.45 mg; Fosfor: 541.95 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 176.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-21Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z płatkami owsianymi z masłem, biszkoptami i bananem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2388.62 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz ogółem: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 321.07 g; Kw. tł. nasycone: 22.54 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.66 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 104.81 g; WW: 32.43 Por; Potas: 4222.50 mg; Wapń: 794.16 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-02-21Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.05 kcal; Białko ogółem: 79.24 g; Tłuszcz ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 300.26 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 30.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.39 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz ogółem: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 295.16 g; Kw. tł. nasycone: 20.11 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1277.43 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 65.52 g; WW: 29.74 Por; Potas: 2866.30 mg; Wapń: 657.91 mg; Fosfor: 953.73 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 226.27 mg;

piątek 2025-02-21Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1626.27 kcal; Białko ogółem: 69.66 g; Tłuszcz ogółem: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 250.61 g; Kw. tł. nasycone: 4.74 g; Sól: 3.40 g; Sód: 927.66 mg; Błonnik: 16.08 g; W tym cukry: 42.20 g; WW: 25.25 Por; Potas: 2037.21 mg; Wapń: 247.71 mg; Fosfor: 525.13 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 171.79 mg;

piątek 2025-02-21Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1606.52 kcal; Białko ogółem: 54.11 g; Tłuszcz ogółem: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 248.74 g; Kw. tł. nasycone: 6.70 g; Sól: 1.66 g; Sód: 231.64 mg; Błonnik: 23.39 g; W tym cukry: 47.59 g; WW: 25.05 Por; Potas: 2184.24 mg; Wapń: 248.16 mg; Fosfor: 403.35 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 150.49 mg;

piątek 2025-02-21Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopočka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1713.95 kcal; Białko ogółem: 65.41 g; Tłuszcz ogółem: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 274.45 g; Kw. tł. nasycone: 7.64 g; Sól: 4.74 g; Sód: 975.17 mg; Błonnik: 23.34 g; W tym cukry: 63.09 g; WW: 27.69 Por; Potas: 2585.65 mg; Wapń: 229.25 mg; Fosfor: 477.95 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 188.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-21		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Salata maslowa 20g ,		Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Jablko 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1760.11 kcal; Białko ogółem: 49.66 g; Tłuszcz ogółem: 65.02 g; Węglowodany ogółem: 251.02 g; Kw. tł. nasycone: 9.01 g; Sól: 2.84 g; Sód: 216.95 mg; Błonnik: 26.90 g; W tym cukry: 60.64 g; WW: 25.28 Por; Potas: 2346.69 mg; Wapń: 197.15 mg; Fosfor: 319.83 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 150.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2142.11 kcal; Białko ogółem: 83.03 g; Tłuszcz ogółem: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 329.36 g; Kw. tł. nasycone: 10.79 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1518.15 mg; Błonnik: 37.35 g; W tym cukry: 77.55 g; WW: 32.99 Por; Potas: 3527.58 mg; Wapń: 688.28 mg; Fosfor: 1053.89 mg; Żelazo: 11.84 mg; Magnez: 322.12 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1850.13 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz ogółem: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 269.08 g; Kw. tł. nasycone: 8.73 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1540.42 mg; Błonnik: 38.34 g; W tym cukry: 46.10 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3583.84 mg; Wapń: 691.66 mg; Fosfor: 1132.06 mg; Żelazo: 12.75 mg; Magnez: 353.90 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.55 kcal; Białko ogółem: 79.34 g; Tłuszcz ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 320.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 32.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1875.85 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz ogółem: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 300.21 g; Kw. tł. nasycone: 9.19 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 30.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 80g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica wieprzowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1744.86 kcal; Białko ogółem: 57.48 g; Tłuszcz ogółem: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 268.90 g; Kw. tł. nasycone: 7.71 g; Sól: 1.81 g; Sód: 315.29 mg; Błonnik: 26.22 g; W tym cukry: 58.79 g; WW: 27.09 Por; Potas: 2486.20 mg; Wapń: 505.45 mg; Fosfor: 541.95 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 176.39 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2388.62 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz ogółem: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 321.07 g; Kw. tł. nasycone: 22.54 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.66 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 104.81 g; WW: 32.43 Por; Potas: 4222.50 mg; Wapń: 794.16 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.05 kcal; Białko ogółem: 79.24 g; Tłuszcz ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 300.26 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 30.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.39 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz ogółem: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 295.16 g; Kw. tł. nasycone: 20.11 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1277.43 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 65.52 g; WW: 29.74 Por; Potas: 2866.30 mg; Wapń: 657.91 mg; Fosfor: 953.73 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 226.27 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1626.27 kcal; Białko ogółem: 69.66 g; Tłuszcz ogółem: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 250.61 g; Kw. tł. nasycone: 4.74 g; Sól: 3.40 g; Sód: 927.66 mg; Błonnik: 16.08 g; W tym cukry: 42.20 g; WW: 25.25 Por; Potas: 2037.21 mg; Wapń: 247.71 mg; Fosfor: 525.13 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 171.79 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1606.52 kcal; Białko ogółem: 54.11 g; Tłuszcz ogółem: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 248.74 g; Kw. tł. nasycone: 6.70 g; Sól: 1.66 g; Sód: 231.64 mg; Błonnik: 23.39 g; W tym cukry: 47.59 g; WW: 25.05 Por; Potas: 2184.24 mg; Wapń: 248.16 mg; Fosfor: 403.35 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 150.49 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1713.95 kcal; Białko ogółem: 65.41 g; Tłuszcz ogółem: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 274.45 g; Kw. tł. nasycone: 7.64 g; Sól: 4.74 g; Sód: 975.17 mg; Błonnik: 23.34 g; W tym cukry: 63.09 g; WW: 27.69 Por; Potas: 2585.65 mg; Wapń: 229.25 mg; Fosfor: 477.95 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 188.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-21		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Salata maslowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Jablko 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1760.11 kcal; Białko ogółem: 49.66 g; Tłuszcz ogółem: 65.02 g; Węglowodany ogółem: 251.02 g; Kw. tł. nasycone: 9.01 g; Sól: 2.84 g; Sód: 216.95 mg; Błonnik: 26.90 g; W tym cukry: 60.64 g; WW: 25.28 Por; Potas: 2346.69 mg; Wapń: 197.15 mg; Fosfor: 319.83 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 150.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2142.11 kcal; Białko ogółem: 83.03 g; Tłuszcz ogółem: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 329.36 g; Kw. tł. nasycone: 10.79 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1518.15 mg; Błonnik: 37.35 g; W tym cukry: 77.55 g; WW: 32.99 Por; Potas: 3527.58 mg; Wapń: 688.28 mg; Fosfor: 1053.89 mg; Żelazo: 11.84 mg; Magnez: 322.12 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1850.13 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz ogółem: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 269.08 g; Kw. tł. nasycone: 8.73 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1540.42 mg; Błonnik: 38.34 g; W tym cukry: 46.10 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3583.84 mg; Wapń: 691.66 mg; Fosfor: 1132.06 mg; Żelazo: 12.75 mg; Magnez: 353.90 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.55 kcal; Białko ogółem: 79.34 g; Tłuszcz ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 320.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 32.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1875.85 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz ogółem: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 300.21 g; Kw. tł. nasycone: 9.19 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 30.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 80g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica wieprzowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1744.86 kcal; Białko ogółem: 57.48 g; Tłuszcz ogółem: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 268.90 g; Kw. tł. nasycone: 7.71 g; Sól: 1.81 g; Sód: 315.29 mg; Błonnik: 26.22 g; W tym cukry: 58.79 g; WW: 27.09 Por; Potas: 2486.20 mg; Wapń: 505.45 mg; Fosfor: 541.95 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 176.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z płatkami owsianymi z masłem, biszkoptami i bananem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2388.62 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz ogółem: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 321.07 g; Kw. tł. nasycone: 22.54 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.66 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 104.81 g; WW: 32.43 Por; Potas: 4222.50 mg; Wapń: 794.16 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.05 kcal; Białko ogółem: 79.24 g; Tłuszcz ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 300.26 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1091.63 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 62.30 g; WW: 30.28 Por; Potas: 2762.08 mg; Wapń: 575.63 mg; Fosfor: 775.78 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 216.66 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.39 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz ogółem: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 295.16 g; Kw. tł. nasycone: 20.11 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1277.43 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 65.52 g; WW: 29.74 Por; Potas: 2866.30 mg; Wapń: 657.91 mg; Fosfor: 953.73 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 226.27 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1626.27 kcal; Białko ogółem: 69.66 g; Tłuszcz ogółem: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 250.61 g; Kw. tł. nasycone: 4.74 g; Sól: 3.40 g; Sód: 927.66 mg; Błonnik: 16.08 g; W tym cukry: 42.20 g; WW: 25.25 Por; Potas: 2037.21 mg; Wapń: 247.71 mg; Fosfor: 525.13 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 171.79 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1606.52 kcal; Białko ogółem: 54.11 g; Tłuszcz ogółem: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 248.74 g; Kw. tł. nasycone: 6.70 g; Sól: 1.66 g; Sód: 231.64 mg; Błonnik: 23.39 g; W tym cukry: 47.59 g; WW: 25.05 Por; Potas: 2184.24 mg; Wapń: 248.16 mg; Fosfor: 403.35 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 150.49 mg;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopočka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1713.95 kcal; Białko ogółem: 65.41 g; Tłuszcz ogółem: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 274.45 g; Kw. tł. nasycone: 7.64 g; Sól: 4.74 g; Sód: 975.17 mg; Błonnik: 23.34 g; W tym cukry: 63.09 g; WW: 27.69 Por; Potas: 2585.65 mg; Wapń: 229.25 mg; Fosfor: 477.95 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 188.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-21		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna	
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Salata maslowa 20g ,		Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Jablko 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1760.11 kcal; Białko ogółem: 49.66 g; Tłuszcz ogółem: 65.02 g; Węglowodany ogółem: 251.02 g; Kw. tł. nasycone: 9.01 g; Sól: 2.84 g; Sód: 216.95 mg; Błonnik: 26.90 g; W tym cukry: 60.64 g; WW: 25.28 Por; Potas: 2346.69 mg; Wapń: 197.15 mg; Fosfor: 319.83 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 150.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-21	Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny	
	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 636.21 kcal; Białko ogółem: 34.19 g; Tłuszcz ogółem: 13.56 g; Węglowodany ogółem: 100.32 g; Kw. tł. nasycone: 1.48 g; Sól: 0.85 g; Sód: 334.27 mg; Błonnik: 12.83 g; W tym cukry: 17.53 g; WW: 10.16 Por; Potas: 1785.96 mg; Wapń: 195.72 mg; Fosfor: 294.88 mg; Żelazo: 5.50 mg; Magnez: 130.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Sok owocowy 200ml , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2519.68 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz ogółem: 60.96 g; Węglowodany ogółem: 336.58 g; Kw. tł. nasycone: 22.07 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1825.76 mg; Błonnik: 38.52 g; W tym cukry: 92.99 g; WW: 33.74 Por; Potas: 4263.84 mg; Wapń: 978.41 mg; Fosfor: 1614.59 mg; Żelazo: 11.18 mg; Magnez: 350.74 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z brązowym ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.61 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz ogółem: 55.25 g; Węglowodany ogółem: 255.95 g; Kw. tł. nasycone: 18.39 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1962.41 mg; Błonnik: 40.16 g; W tym cukry: 37.32 g; WW: 25.73 Por; Potas: 4180.32 mg; Wapń: 892.86 mg; Fosfor: 1663.31 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 405.77 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Rukola 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.47 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz ogółem: 45.44 g; Węglowodany ogółem: 305.85 g; Kw. tł. nasycone: 11.63 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1174.99 mg; Błonnik: 25.47 g; W tym cukry: 61.13 g; WW: 30.84 Por; Potas: 3624.65 mg; Wapń: 583.65 mg; Fosfor: 1174.09 mg; Żelazo: 8.89 mg; Magnez: 249.79 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.38 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 300.41 g; Kw. tł. nasycone: 11.11 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1774.16 kcal; Białko ogółem: 60.32 g; Tłuszcz ogółem: 43.92 g; Węglowodany ogółem: 242.05 g; Kw. tł. nasycone: 7.42 g; Sól: 1.00 g; Sód: 307.34 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 49.34 g; WW: 24.34 Por; Potas: 3244.83 mg; Wapń: 266.43 mg; Fosfor: 762.67 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 184.15 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.78 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 300.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2307.17 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz ogółem: 55.04 g; Węglowodany ogółem: 303.15 g; Kw. tł. nasycone: 14.75 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1209.71 mg; Błonnik: 26.53 g; W tym cukry: 65.91 g; WW: 30.53 Por; Potas: 3982.87 mg; Wapń: 650.01 mg; Fosfor: 1332.04 mg; Żelazo: 9.54 mg; Magnez: 263.62 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.63 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz ogółem: 40.67 g; Węglowodany ogółem: 280.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.66 g; Sól: 3.18 g; Sód: 1123.40 mg; Błonnik: 22.60 g; W tym cukry: 57.87 g; WW: 28.21 Por; Potas: 3498.94 mg; Wapń: 515.88 mg; Fosfor: 1143.61 mg; Żelazo: 7.90 mg; Magnez: 229.20 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1852.64 kcal; Białko ogółem: 71.06 g; Tłuszcz ogółem: 47.42 g; Węglowodany ogółem: 242.97 g; Kw. tł. nasycone: 7.50 g; Sól: 1.14 g; Sód: 323.53 mg; Błonnik: 27.58 g; W tym cukry: 49.31 g; WW: 24.40 Por; Potas: 3343.63 mg; Wapń: 266.69 mg; Fosfor: 827.99 mg; Żelazo: 6.97 mg; Magnez: 192.81 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.66 kcal; Białko ogółem: 91.41 g; Tłuszcz ogółem: 64.56 g; Węglowodany ogółem: 276.76 g; Kw. tł. nasycone: 11.24 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1181.53 mg; Błonnik: 25.59 g; W tym cukry: 52.36 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3718.96 mg; Wapń: 250.12 mg; Fosfor: 913.32 mg; Żelazo: 9.83 mg; Magnez: 235.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalefior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Falafel - kłeciki z ciecioriki 100g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2237.00 kcal; Białko ogółem: 70.23 g; Tłuszcz ogółem: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 315.14 g; Kw. tł. nasycone: 19.08 g; Sól: 6.32 g; Sód: 1579.02 mg; Błonnik: 49.95 g; W tym cukry: 63.27 g; WW: 31.59 Por; Potas: 3360.34 mg; Wapń: 936.07 mg; Fosfor: 1168.79 mg; Żelazo: 9.03 mg; Magnez: 265.28 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalefior, brokuł) b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.73 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 301.68 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1190.46 mg; Błonnik: 27.04 g; W tym cukry: 64.59 g; WW: 30.39 Por; Potas: 3951.44 mg; Wapń: 597.63 mg; Fosfor: 1202.41 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 260.34 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalefior, brokuł) b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.73 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 301.68 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1190.46 mg; Błonnik: 27.04 g; W tym cukry: 64.59 g; WW: 30.39 Por; Potas: 3951.44 mg; Wapń: 597.63 mg; Fosfor: 1202.41 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 260.34 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalefior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.38 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 300.41 g; Kw. tł. nasycone: 11.11 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Sałata masłowa 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 30g (MLE), Pomidor b/skóry 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2017.79 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz ogółem: 52.50 g; Węglowodany ogółem: 250.37 g; Kw. tł. nasycone: 17.62 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1702.83 mg; Błonnik: 33.94 g; W tym cukry: 34.04 g; WW: 25.20 Por; Potas: 3976.43 mg; Wapń: 601.71 mg; Fosfor: 1493.68 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 356.79 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/glu 60ml , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1920.29 kcal; Białko ogółem: 71.14 g; Tłuszcz ogółem: 72.18 g; Węglowodany ogółem: 254.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.42 g; Sól: 3.05 g; Sód: 309.71 mg; Błonnik: 29.83 g; W tym cukry: 49.53 g; WW: 25.61 Por; Potas: 3453.20 mg; Wapń: 214.48 mg; Fosfor: 737.60 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 193.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 200ml , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2519.68 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz ogółem: 60.96 g; Węglowodany ogółem: 336.58 g; Kw. tł. nasycone: 22.07 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1825.76 mg; Błonnik: 38.52 g; W tym cukry: 92.99 g; WW: 33.74 Por; Potas: 4263.84 mg; Wapń: 978.41 mg; Fosfor: 1614.59 mg; Żelazo: 11.18 mg; Magnez: 350.74 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z brązowym ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.61 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz ogółem: 55.25 g; Węglowodany ogółem: 255.95 g; Kw. tł. nasycone: 18.39 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1962.41 mg; Błonnik: 40.16 g; W tym cukry: 37.32 g; WW: 25.73 Por; Potas: 4180.32 mg; Wapń: 892.86 mg; Fosfor: 1663.31 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 405.77 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Rukola 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.47 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz ogółem: 45.44 g; Węglowodany ogółem: 305.85 g; Kw. tł. nasycone: 11.63 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1174.99 mg; Błonnik: 25.47 g; W tym cukry: 61.13 g; WW: 30.84 Por; Potas: 3624.65 mg; Wapń: 583.65 mg; Fosfor: 1174.09 mg; Żelazo: 8.89 mg; Magnez: 249.79 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.38 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 300.41 g; Kw. tł. nasycone: 11.11 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1774.16 kcal; Białko ogółem: 60.32 g; Tłuszcz ogółem: 43.92 g; Węglowodany ogółem: 242.05 g; Kw. tł. nasycone: 7.42 g; Sól: 1.00 g; Sód: 307.34 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 49.34 g; WW: 24.34 Por; Potas: 3244.83 mg; Wapń: 266.43 mg; Fosfor: 762.67 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 184.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),		Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.78 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 300.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2307.17 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz ogółem: 55.04 g; Węglowodany ogółem: 303.15 g; Kw. tł. nasycone: 14.75 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1209.71 mg; Błonnik: 26.53 g; W tym cukry: 65.91 g; WW: 30.53 Por; Potas: 3982.87 mg; Wapń: 650.01 mg; Fosfor: 1332.04 mg; Żelazo: 9.54 mg; Magnez: 263.62 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.63 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz ogółem: 40.67 g; Węglowodany ogółem: 280.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.66 g; Sól: 3.18 g; Sód: 1123.40 mg; Błonnik: 22.60 g; W tym cukry: 57.87 g; WW: 28.21 Por; Potas: 3498.94 mg; Wapń: 515.88 mg; Fosfor: 1143.61 mg; Żelazo: 7.90 mg; Magnez: 229.20 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1852.64 kcal; Białko ogółem: 71.06 g; Tłuszcz ogółem: 47.42 g; Węglowodany ogółem: 242.97 g; Kw. tł. nasycone: 7.50 g; Sól: 1.14 g; Sód: 323.53 mg; Błonnik: 27.58 g; W tym cukry: 49.31 g; WW: 24.40 Por; Potas: 3343.63 mg; Wapń: 266.69 mg; Fosfor: 827.99 mg; Żelazo: 6.97 mg; Magnez: 192.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.66 kcal; Białko ogółem: 91.41 g; Tłuszcz ogółem: 64.56 g; Węglowodany ogółem: 276.76 g; Kw. tł. nasycone: 11.24 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1181.53 mg; Błonnik: 25.59 g; W tym cukry: 52.36 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3718.96 mg; Wapń: 250.12 mg; Fosfor: 913.32 mg; Żelazo: 9.83 mg; Magnez: 235.83 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Falafel - kłeciki z ciecioriki 100g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2237.00 kcal; Białko ogółem: 70.23 g; Tłuszcz ogółem: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 315.14 g; Kw. tł. nasycone: 19.08 g; Sól: 6.32 g; Sód: 1579.02 mg; Błonnik: 49.95 g; W tym cukry: 63.27 g; WW: 31.59 Por; Potas: 3360.34 mg; Wapń: 936.07 mg; Fosfor: 1168.79 mg; Żelazo: 9.03 mg; Magnez: 265.28 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.73 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 301.68 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1190.46 mg; Błonnik: 27.04 g; W tym cukry: 64.59 g; WW: 30.39 Por; Potas: 3951.44 mg; Wapń: 597.63 mg; Fosfor: 1202.41 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 260.34 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.73 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 301.68 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1190.46 mg; Błonnik: 27.04 g; W tym cukry: 64.59 g; WW: 30.39 Por; Potas: 3951.44 mg; Wapń: 597.63 mg; Fosfor: 1202.41 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 260.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.38 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 300.41 g; Kw. tł. nasycone: 11.11 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2017.79 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz ogółem: 52.50 g; Węglowodany ogółem: 250.37 g; Kw. tł. nasycone: 17.62 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1702.83 mg; Błonnik: 33.94 g; W tym cukry: 34.04 g; WW: 25.20 Por; Potas: 3976.43 mg; Wapń: 601.71 mg; Fosfor: 1493.68 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 356.79 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/glu 60ml , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1920.29 kcal; Białko ogółem: 71.14 g; Tłuszcz ogółem: 72.18 g; Węglowodany ogółem: 254.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.42 g; Sól: 3.05 g; Sód: 309.71 mg; Błonnik: 29.83 g; W tym cukry: 49.53 g; WW: 25.61 Por; Potas: 3453.20 mg; Wapń: 214.48 mg; Fosfor: 737.60 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 193.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 200ml , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2519.68 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz ogółem: 60.96 g; Węglowodany ogółem: 336.58 g; Kw. tł. nasycone: 22.07 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1825.76 mg; Błonnik: 38.52 g; W tym cukry: 92.99 g; WW: 33.74 Por; Potas: 4263.84 mg; Wapń: 978.41 mg; Fosfor: 1614.59 mg; Żelazo: 11.18 mg; Magnez: 350.74 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z brązowym ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.61 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz ogółem: 55.25 g; Węglowodany ogółem: 255.95 g; Kw. tł. nasycone: 18.39 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1962.41 mg; Błonnik: 40.16 g; W tym cukry: 37.32 g; WW: 25.73 Por; Potas: 4180.32 mg; Wapń: 892.86 mg; Fosfor: 1663.31 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 405.77 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Rukola 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.47 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz ogółem: 45.44 g; Węglowodany ogółem: 305.85 g; Kw. tł. nasycone: 11.63 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1174.99 mg; Błonnik: 25.47 g; W tym cukry: 61.13 g; WW: 30.84 Por; Potas: 3624.65 mg; Wapń: 583.65 mg; Fosfor: 1174.09 mg; Żelazo: 8.89 mg; Magnez: 249.79 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.38 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 300.41 g; Kw. tł. nasycone: 11.11 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1774.16 kcal; Białko ogółem: 60.32 g; Tłuszcz ogółem: 43.92 g; Węglowodany ogółem: 242.05 g; Kw. tł. nasycone: 7.42 g; Sól: 1.00 g; Sód: 307.34 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 49.34 g; WW: 24.34 Por; Potas: 3244.83 mg; Wapń: 266.43 mg; Fosfor: 762.67 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 184.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyńiu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),		Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.78 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 300.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2307.17 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz ogółem: 55.04 g; Węglowodany ogółem: 303.15 g; Kw. tł. nasycone: 14.75 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1209.71 mg; Błonnik: 26.53 g; W tym cukry: 65.91 g; WW: 30.53 Por; Potas: 3982.87 mg; Wapń: 650.01 mg; Fosfor: 1332.04 mg; Żelazo: 9.54 mg; Magnez: 263.62 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.63 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz ogółem: 40.67 g; Węglowodany ogółem: 280.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.66 g; Sól: 3.18 g; Sód: 1123.40 mg; Błonnik: 22.60 g; W tym cukry: 57.87 g; WW: 28.21 Por; Potas: 3498.94 mg; Wapń: 515.88 mg; Fosfor: 1143.61 mg; Żelazo: 7.90 mg; Magnez: 229.20 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1852.64 kcal; Białko ogółem: 71.06 g; Tłuszcz ogółem: 47.42 g; Węglowodany ogółem: 242.97 g; Kw. tł. nasycone: 7.50 g; Sól: 1.14 g; Sód: 323.53 mg; Błonnik: 27.58 g; W tym cukry: 49.31 g; WW: 24.40 Por; Potas: 3343.63 mg; Wapń: 266.69 mg; Fosfor: 827.99 mg; Żelazo: 6.97 mg; Magnez: 192.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.66 kcal; Białko ogółem: 91.41 g; Tłuszcz ogółem: 64.56 g; Węglowodany ogółem: 276.76 g; Kw. tł. nasycone: 11.24 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1181.53 mg; Błonnik: 25.59 g; W tym cukry: 52.36 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3718.96 mg; Wapń: 250.12 mg; Fosfor: 913.32 mg; Żelazo: 9.83 mg; Magnez: 235.83 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,			Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Falafel - kłeciki z ciecioriki 100g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2237.00 kcal; Białko ogółem: 70.23 g; Tłuszcz ogółem: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 315.14 g; Kw. tł. nasycone: 19.08 g; Sól: 6.32 g; Sód: 1579.02 mg; Błonnik: 49.95 g; W tym cukry: 63.27 g; WW: 31.59 Por; Potas: 3360.34 mg; Wapń: 936.07 mg; Fosfor: 1168.79 mg; Żelazo: 9.03 mg; Magnez: 265.28 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.73 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 301.68 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1190.46 mg; Błonnik: 27.04 g; W tym cukry: 64.59 g; WW: 30.39 Por; Potas: 3951.44 mg; Wapń: 597.63 mg; Fosfor: 1202.41 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 260.34 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),			Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
			Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.73 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 301.68 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1190.46 mg; Błonnik: 27.04 g; W tym cukry: 64.59 g; WW: 30.39 Por; Potas: 3951.44 mg; Wapń: 597.63 mg; Fosfor: 1202.41 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 260.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.38 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 300.41 g; Kw. tł. nasycone: 11.11 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2017.79 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz ogółem: 52.50 g; Węglowodany ogółem: 250.37 g; Kw. tł. nasycone: 17.62 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1702.83 mg; Błonnik: 33.94 g; W tym cukry: 34.04 g; WW: 25.20 Por; Potas: 3976.43 mg; Wapń: 601.71 mg; Fosfor: 1493.68 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 356.79 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/glu 60ml , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1920.29 kcal; Białko ogółem: 71.14 g; Tłuszcz ogółem: 72.18 g; Węglowodany ogółem: 254.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.42 g; Sól: 3.05 g; Sód: 309.71 mg; Błonnik: 29.83 g; W tym cukry: 49.53 g; WW: 25.61 Por; Potas: 3453.20 mg; Wapń: 214.48 mg; Fosfor: 737.60 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 193.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 200ml , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2519.68 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz ogółem: 60.96 g; Węglowodany ogółem: 336.58 g; Kw. tł. nasycone: 22.07 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1825.76 mg; Błonnik: 38.52 g; W tym cukry: 92.99 g; WW: 33.74 Por; Potas: 4263.84 mg; Wapń: 978.41 mg; Fosfor: 1614.59 mg; Żelazo: 11.18 mg; Magnez: 350.74 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z brązowym ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.61 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz ogółem: 55.25 g; Węglowodany ogółem: 255.95 g; Kw. tł. nasycone: 18.39 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1962.41 mg; Błonnik: 40.16 g; W tym cukry: 37.32 g; WW: 25.73 Por; Potas: 4180.32 mg; Wapń: 892.86 mg; Fosfor: 1663.31 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 405.77 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Rukola 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.47 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz ogółem: 45.44 g; Węglowodany ogółem: 305.85 g; Kw. tł. nasycone: 11.63 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1174.99 mg; Błonnik: 25.47 g; W tym cukry: 61.13 g; WW: 30.84 Por; Potas: 3624.65 mg; Wapń: 583.65 mg; Fosfor: 1174.09 mg; Żelazo: 8.89 mg; Magnez: 249.79 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.38 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 300.41 g; Kw. tł. nasycone: 11.11 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1774.16 kcal; Białko ogółem: 60.32 g; Tłuszcz ogółem: 43.92 g; Węglowodany ogółem: 242.05 g; Kw. tł. nasycone: 7.42 g; Sól: 1.00 g; Sód: 307.34 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 49.34 g; WW: 24.34 Por; Potas: 3244.83 mg; Wapń: 266.43 mg; Fosfor: 762.67 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 184.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyńiu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),		Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.78 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 300.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2307.17 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz ogółem: 55.04 g; Węglowodany ogółem: 303.15 g; Kw. tł. nasycone: 14.75 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1209.71 mg; Błonnik: 26.53 g; W tym cukry: 65.91 g; WW: 30.53 Por; Potas: 3982.87 mg; Wapń: 650.01 mg; Fosfor: 1332.04 mg; Żelazo: 9.54 mg; Magnez: 263.62 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.63 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz ogółem: 40.67 g; Węglowodany ogółem: 280.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.66 g; Sól: 3.18 g; Sód: 1123.40 mg; Błonnik: 22.60 g; W tym cukry: 57.87 g; WW: 28.21 Por; Potas: 3498.94 mg; Wapń: 515.88 mg; Fosfor: 1143.61 mg; Żelazo: 7.90 mg; Magnez: 229.20 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1852.64 kcal; Białko ogółem: 71.06 g; Tłuszcz ogółem: 47.42 g; Węglowodany ogółem: 242.97 g; Kw. tł. nasycone: 7.50 g; Sól: 1.14 g; Sód: 323.53 mg; Błonnik: 27.58 g; W tym cukry: 49.31 g; WW: 24.40 Por; Potas: 3343.63 mg; Wapń: 266.69 mg; Fosfor: 827.99 mg; Żelazo: 6.97 mg; Magnez: 192.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalefior, brokuł) b/ml 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.66 kcal; Białko ogółem: 91.41 g; Tłuszcz ogółem: 64.56 g; Węglowodany ogółem: 276.76 g; Kw. tł. nasycone: 11.24 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1181.53 mg; Błonnik: 25.59 g; W tym cukry: 52.36 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3718.96 mg; Wapń: 250.12 mg; Fosfor: 913.32 mg; Żelazo: 9.83 mg; Magnez: 235.83 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalefior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Falafel - kłeciki z ciecioriki 100g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2237.00 kcal; Białko ogółem: 70.23 g; Tłuszcz ogółem: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 315.14 g; Kw. tł. nasycone: 19.08 g; Sól: 6.32 g; Sód: 1579.02 mg; Błonnik: 49.95 g; W tym cukry: 63.27 g; WW: 31.59 Por; Potas: 3360.34 mg; Wapń: 936.07 mg; Fosfor: 1168.79 mg; Żelazo: 9.03 mg; Magnez: 265.28 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalefior, brokuł) b/soli 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (GLU), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.73 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 301.68 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1190.46 mg; Błonnik: 27.04 g; W tym cukry: 64.59 g; WW: 30.39 Por; Potas: 3951.44 mg; Wapń: 597.63 mg; Fosfor: 1202.41 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 260.34 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalefior, brokuł) b/soli 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (GLU), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.73 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 301.68 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1190.46 mg; Błonnik: 27.04 g; W tym cukry: 64.59 g; WW: 30.39 Por; Potas: 3951.44 mg; Wapń: 597.63 mg; Fosfor: 1202.41 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 260.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.38 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 300.41 g; Kw. tł. nasycone: 11.11 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2017.79 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz ogółem: 52.50 g; Węglowodany ogółem: 250.37 g; Kw. tł. nasycone: 17.62 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1702.83 mg; Błonnik: 33.94 g; W tym cukry: 34.04 g; WW: 25.20 Por; Potas: 3976.43 mg; Wapń: 601.71 mg; Fosfor: 1493.68 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 356.79 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/glu 60ml , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1920.29 kcal; Białko ogółem: 71.14 g; Tłuszcz ogółem: 72.18 g; Węglowodany ogółem: 254.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.42 g; Sól: 3.05 g; Sód: 309.71 mg; Błonnik: 29.83 g; W tym cukry: 49.53 g; WW: 25.61 Por; Potas: 3453.20 mg; Wapń: 214.48 mg; Fosfor: 737.60 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 193.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 200ml , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2519.68 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz ogółem: 60.96 g; Węglowodany ogółem: 336.58 g; Kw. tł. nasycone: 22.07 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1825.76 mg; Błonnik: 38.52 g; W tym cukry: 92.99 g; WW: 33.74 Por; Potas: 4263.84 mg; Wapń: 978.41 mg; Fosfor: 1614.59 mg; Żelazo: 11.18 mg; Magnez: 350.74 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z brązowym ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.61 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz ogółem: 55.25 g; Węglowodany ogółem: 255.95 g; Kw. tł. nasycone: 18.39 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1962.41 mg; Błonnik: 40.16 g; W tym cukry: 37.32 g; WW: 25.73 Por; Potas: 4180.32 mg; Wapń: 892.86 mg; Fosfor: 1663.31 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 405.77 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Rukola 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.47 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz ogółem: 45.44 g; Węglowodany ogółem: 305.85 g; Kw. tł. nasycone: 11.63 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1174.99 mg; Błonnik: 25.47 g; W tym cukry: 61.13 g; WW: 30.84 Por; Potas: 3624.65 mg; Wapń: 583.65 mg; Fosfor: 1174.09 mg; Żelazo: 8.89 mg; Magnez: 249.79 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.38 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 300.41 g; Kw. tł. nasycone: 11.11 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1774.16 kcal; Białko ogółem: 60.32 g; Tłuszcz ogółem: 43.92 g; Węglowodany ogółem: 242.05 g; Kw. tł. nasycone: 7.42 g; Sól: 1.00 g; Sód: 307.34 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 49.34 g; WW: 24.34 Por; Potas: 3244.83 mg; Wapń: 266.43 mg; Fosfor: 762.67 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 184.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),		Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.78 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 300.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2307.17 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz ogółem: 55.04 g; Węglowodany ogółem: 303.15 g; Kw. tł. nasycone: 14.75 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1209.71 mg; Błonnik: 26.53 g; W tym cukry: 65.91 g; WW: 30.53 Por; Potas: 3982.87 mg; Wapń: 650.01 mg; Fosfor: 1332.04 mg; Żelazo: 9.54 mg; Magnez: 263.62 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.63 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz ogółem: 40.67 g; Węglowodany ogółem: 280.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.66 g; Sól: 3.18 g; Sód: 1123.40 mg; Błonnik: 22.60 g; W tym cukry: 57.87 g; WW: 28.21 Por; Potas: 3498.94 mg; Wapń: 515.88 mg; Fosfor: 1143.61 mg; Żelazo: 7.90 mg; Magnez: 229.20 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1852.64 kcal; Białko ogółem: 71.06 g; Tłuszcz ogółem: 47.42 g; Węglowodany ogółem: 242.97 g; Kw. tł. nasycone: 7.50 g; Sól: 1.14 g; Sód: 323.53 mg; Błonnik: 27.58 g; W tym cukry: 49.31 g; WW: 24.40 Por; Potas: 3343.63 mg; Wapń: 266.69 mg; Fosfor: 827.99 mg; Żelazo: 6.97 mg; Magnez: 192.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.66 kcal; Białko ogółem: 91.41 g; Tłuszcz ogółem: 64.56 g; Węglowodany ogółem: 276.76 g; Kw. tł. nasycone: 11.24 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1181.53 mg; Błonnik: 25.59 g; W tym cukry: 52.36 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3718.96 mg; Wapń: 250.12 mg; Fosfor: 913.32 mg; Żelazo: 9.83 mg; Magnez: 235.83 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Falafel - kłeciki z ciecioriki 100g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2237.00 kcal; Białko ogółem: 70.23 g; Tłuszcz ogółem: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 315.14 g; Kw. tł. nasycone: 19.08 g; Sól: 6.32 g; Sód: 1579.02 mg; Błonnik: 49.95 g; W tym cukry: 63.27 g; WW: 31.59 Por; Potas: 3360.34 mg; Wapń: 936.07 mg; Fosfor: 1168.79 mg; Żelazo: 9.03 mg; Magnez: 265.28 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.73 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 301.68 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1190.46 mg; Błonnik: 27.04 g; W tym cukry: 64.59 g; WW: 30.39 Por; Potas: 3951.44 mg; Wapń: 597.63 mg; Fosfor: 1202.41 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 260.34 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.73 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 301.68 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1190.46 mg; Błonnik: 27.04 g; W tym cukry: 64.59 g; WW: 30.39 Por; Potas: 3951.44 mg; Wapń: 597.63 mg; Fosfor: 1202.41 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 260.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.38 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 300.41 g; Kw. tł. nasycone: 11.11 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2017.79 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz ogółem: 52.50 g; Węglowodany ogółem: 250.37 g; Kw. tł. nasycone: 17.62 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1702.83 mg; Błonnik: 33.94 g; W tym cukry: 34.04 g; WW: 25.20 Por; Potas: 3976.43 mg; Wapń: 601.71 mg; Fosfor: 1493.68 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 356.79 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/glu 60ml , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyunka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1920.29 kcal; Białko ogółem: 71.14 g; Tłuszcz ogółem: 72.18 g; Węglowodany ogółem: 254.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.42 g; Sól: 3.05 g; Sód: 309.71 mg; Błonnik: 29.83 g; W tym cukry: 49.53 g; WW: 25.61 Por; Potas: 3453.20 mg; Wapń: 214.48 mg; Fosfor: 737.60 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 193.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Sok owocowy 200ml , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2519.68 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz ogółem: 60.96 g; Węglowodany ogółem: 336.58 g; Kw. tł. nasycone: 22.07 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1825.76 mg; Błonnik: 38.52 g; W tym cukry: 92.99 g; WW: 33.74 Por; Potas: 4263.84 mg; Wapń: 978.41 mg; Fosfor: 1614.59 mg; Żelazo: 11.18 mg; Magnez: 350.74 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z brązowym ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.61 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz ogółem: 55.25 g; Węglowodany ogółem: 255.95 g; Kw. tł. nasycone: 18.39 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1962.41 mg; Błonnik: 40.16 g; W tym cukry: 37.32 g; WW: 25.73 Por; Potas: 4180.32 mg; Wapń: 892.86 mg; Fosfor: 1663.31 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 405.77 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Rukola 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.47 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz ogółem: 45.44 g; Węglowodany ogółem: 305.85 g; Kw. tł. nasycone: 11.63 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1174.99 mg; Błonnik: 25.47 g; W tym cukry: 61.13 g; WW: 30.84 Por; Potas: 3624.65 mg; Wapń: 583.65 mg; Fosfor: 1174.09 mg; Żelazo: 8.89 mg; Magnez: 249.79 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.38 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 300.41 g; Kw. tł. nasycone: 11.11 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1774.16 kcal; Białko ogółem: 60.32 g; Tłuszcz ogółem: 43.92 g; Węglowodany ogółem: 242.05 g; Kw. tł. nasycone: 7.42 g; Sól: 1.00 g; Sód: 307.34 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 49.34 g; WW: 24.34 Por; Potas: 3244.83 mg; Wapń: 266.43 mg; Fosfor: 762.67 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 184.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyńiu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),		Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyńiu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.78 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 300.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.66 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2307.17 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz ogółem: 55.04 g; Węglowodany ogółem: 303.15 g; Kw. tł. nasycone: 14.75 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1209.71 mg; Błonnik: 26.53 g; W tym cukry: 65.91 g; WW: 30.53 Por; Potas: 3982.87 mg; Wapń: 650.01 mg; Fosfor: 1332.04 mg; Żelazo: 9.54 mg; Magnez: 263.62 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.63 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz ogółem: 40.67 g; Węglowodany ogółem: 280.43 g; Kw. tł. nasycone: 9.66 g; Sól: 3.18 g; Sód: 1123.40 mg; Błonnik: 22.60 g; W tym cukry: 57.87 g; WW: 28.21 Por; Potas: 3498.94 mg; Wapń: 515.88 mg; Fosfor: 1143.61 mg; Żelazo: 7.90 mg; Magnez: 229.20 mg;

sobota 2025-02-22			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1852.64 kcal; Białko ogółem: 71.06 g; Tłuszcz ogółem: 47.42 g; Węglowodany ogółem: 242.97 g; Kw. tł. nasycone: 7.50 g; Sól: 1.14 g; Sód: 323.53 mg; Błonnik: 27.58 g; W tym cukry: 49.31 g; WW: 24.40 Por; Potas: 3343.63 mg; Wapń: 266.69 mg; Fosfor: 827.99 mg; Żelazo: 6.97 mg; Magnez: 192.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ , MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.66 kcal; Białko ogółem: 91.41 g; Tłuszcz ogółem: 64.56 g; Węglowodany ogółem: 276.76 g; Kw. tł.
nasycone: 11.24 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1181.53 mg; Błonnik: 25.59 g; W tym cukry: 52.36 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3718.96 mg; Wapń: 250.12
mg; Fosfor: 913.32 mg; Żelazo: 9.83 mg; Magnez: 235.83 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Falafel - kłeciki z ciecioriki 100g (GLU, SOJ, MLE, SEL , GOR, SEZ), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2237.00 kcal; Białko ogółem: 70.23 g; Tłuszcz ogółem: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 315.14 g; Kw. tł.
nasycone: 19.08 g; Sól: 6.32 g; Sód: 1579.02 mg; Błonnik: 49.95 g; W tym cukry: 63.27 g; WW: 31.59 Por; Potas: 3360.34 mg; Wapń: 936.07
mg; Fosfor: 1168.79 mg; Żelazo: 9.03 mg; Magnez: 265.28 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/soli 300ml (MLE , SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (GLU), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.73 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 301.68 g; Kw. tł.
nasycone: 11.66 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1190.46 mg; Błonnik: 27.04 g; W tym cukry: 64.59 g; WW: 30.39 Por; Potas: 3951.44 mg; Wapń: 597.63
mg; Fosfor: 1202.41 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 260.34 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł.
nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96
mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/soli 300ml (MLE , SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (GLU), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.73 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 301.68 g; Kw. tł.
nasycone: 11.66 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1190.46 mg; Błonnik: 27.04 g; W tym cukry: 64.59 g; WW: 30.39 Por; Potas: 3951.44 mg; Wapń: 597.63
mg; Fosfor: 1202.41 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 260.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.38 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 300.41 g; Kw. tł. nasycone: 11.11 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1183.15 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 63.99 g; WW: 30.27 Por; Potas: 3912.29 mg; Wapń: 592.83 mg; Fosfor: 1195.51 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 257.95 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2017.79 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz ogółem: 52.50 g; Węglowodany ogółem: 250.37 g; Kw. tł. nasycone: 17.62 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1702.83 mg; Błonnik: 33.94 g; W tym cukry: 34.04 g; WW: 25.20 Por; Potas: 3976.43 mg; Wapń: 601.71 mg; Fosfor: 1493.68 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 356.79 mg;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/glu 60ml , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1920.29 kcal; Białko ogółem: 71.14 g; Tłuszcz ogółem: 72.18 g; Węglowodany ogółem: 254.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.42 g; Sól: 3.05 g; Sód: 309.71 mg; Błonnik: 29.83 g; W tym cukry: 49.53 g; WW: 25.61 Por; Potas: 3453.20 mg; Wapń: 214.48 mg; Fosfor: 737.60 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 193.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.98 kcal; Białko ogółem: 90.94 g; Tłuszcz ogółem: 50.44 g; Węglowodany ogółem: 351.38 g; Kw. tł. nasycone: 12.62 g; Sól: 5.71 g; Sód: 1297.49 mg; Błonnik: 40.61 g; W tym cukry: 91.67 g; WW: 35.20 Por; Potas: 4056.90 mg; Wapń: 562.44 mg; Fosfor: 1149.54 mg; Żelazo: 11.21 mg; Magnez: 299.84 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2123.64 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz ogółem: 47.73 g; Węglowodany ogółem: 274.26 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 5.79 g; Sód: 1339.94 mg; Błonnik: 42.12 g; W tym cukry: 44.58 g; WW: 27.52 Por; Potas: 4115.34 mg; Wapń: 566.10 mg; Fosfor: 1228.02 mg; Żelazo: 12.13 mg; Magnez: 331.70 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.59 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 60g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2132.03 kcal; Białko ogółem: 55.46 g; Tłuszcz ogółem: 51.13 g; Węglowodany ogółem: 313.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 2.13 g; Sód: 360.21 mg; Błonnik: 26.35 g; W tym cukry: 64.99 g; WW: 31.56 Por; Potas: 2651.32 mg; Wapń: 413.58 mg; Fosfor: 599.06 mg; Żelazo: 4.31 mg; Magnez: 143.81 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Miód 15g , Mus z gruszki 150g ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Mleko 100ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2427.07 kcal; Białko ogółem: 101.27 g; Tłuszcz ogółem: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 320.79 g; Kw. tł. nasycone: 23.79 g; Sól: 1.57 g; Sód: 525.21 mg; Błonnik: 20.48 g; W tym cukry: 106.85 g; WW: 32.29 Por; Potas: 4109.75 mg; Wapń: 790.51 mg; Fosfor: 1405.93 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 283.34 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 120g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2324.68 kcal; Białko ogółem: 111.37 g; Tłuszcz ogółem: 47.66 g; Węglowodany ogółem: 320.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.89 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1163.69 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 66.86 g; WW: 32.24 Por; Potas: 3416.82 mg; Wapń: 508.94 mg; Fosfor: 915.90 mg; Żelazo: 6.47 mg; Magnez: 191.13 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2159.81 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz ogółem: 43.62 g; Węglowodany ogółem: 306.14 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1106.60 mg; Błonnik: 22.14 g; W tym cukry: 60.09 g; WW: 30.76 Por; Potas: 2596.25 mg; Wapń: 396.82 mg; Fosfor: 678.23 mg; Żelazo: 4.51 mg; Magnez: 145.08 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Herbata b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.67 kcal; Białko ogółem: 61.88 g; Tłuszcz ogółem: 41.36 g; Węglowodany ogółem: 285.11 g; Kw. tł. nasycone: 7.72 g; Sól: 1.65 g; Sód: 237.29 mg; Błonnik: 25.63 g; W tym cukry: 53.26 g; WW: 28.74 Por; Potas: 2901.89 mg; Wapń: 168.84 mg; Fosfor: 554.47 mg; Żelazo: 5.81 mg; Magnez: 150.52 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,			

Wartości odżywcze: Kcal: 2022.38 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz ogółem: 57.67 g; Węglowodany ogółem: 305.41 g; Kw. tł. nasycone: 10.66 g; Sól: 4.98 g; Sód: 1031.15 mg; Błonnik: 27.84 g; W tym cukry: 66.20 g; WW: 30.71 Por; Potas: 3079.32 mg; Wapń: 190.54 mg; Fosfor: 580.48 mg; Żelazo: 6.38 mg; Magnez: 164.05 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem b/mięsa 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotlet z fasoli czerwonej smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.40 kcal; Białko ogółem: 54.50 g; Tłuszcz ogółem: 48.35 g; Węglowodany ogółem: 336.61 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 3.22 g; Sód: 1134.44 mg; Błonnik: 41.07 g; W tym cukry: 69.76 g; WW: 33.77 Por; Potas: 3327.34 mg; Wapń: 564.60 mg; Fosfor: 924.02 mg; Żelazo: 8.92 mg; Magnez: 245.20 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-23		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Brokuł gotowany na parze b/soli 100g , Marchewka duszona z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1128.27 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.64 mg;

niedziela 2025-02-23		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.59 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.91 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 306.01 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 6.32 g; Sód: 1623.05 mg; Błonnik: 43.11 g; W tym cukry: 43.94 g; WW: 30.89 Por; Potas: 4161.46 mg; Wapń: 581.23 mg; Fosfor: 1345.95 mg; Żelazo: 13.51 mg; Magnez: 382.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.98 kcal; Białko ogółem: 90.94 g; Tłuszcz ogółem: 50.44 g; Węglowodany ogółem: 351.38 g; Kw. tł. nasycone: 12.62 g; Sól: 5.71 g; Sód: 1297.49 mg; Błonnik: 40.61 g; W tym cukry: 91.67 g; WW: 35.20 Por; Potas: 4056.90 mg; Wapń: 562.44 mg; Fosfor: 1149.54 mg; Żelazo: 11.21 mg; Magnez: 299.84 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2123.64 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz ogółem: 47.73 g; Węglowodany ogółem: 274.26 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 5.79 g; Sód: 1339.94 mg; Błonnik: 42.12 g; W tym cukry: 44.58 g; WW: 27.52 Por; Potas: 4115.34 mg; Wapń: 566.10 mg; Fosfor: 1228.02 mg; Żelazo: 12.13 mg; Magnez: 331.70 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.59 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 60g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2132.03 kcal; Białko ogółem: 55.46 g; Tłuszcz ogółem: 51.13 g; Węglowodany ogółem: 313.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 2.13 g; Sód: 360.21 mg; Błonnik: 26.35 g; W tym cukry: 64.99 g; WW: 31.56 Por; Potas: 2651.32 mg; Wapń: 413.58 mg; Fosfor: 599.06 mg; Żelazo: 4.31 mg; Magnez: 143.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Miód 15g , Mus z gruszki 150g ,			Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),			Podwieczorek: Biszkoty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Mleko 100ml (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2427.07 kcal; Białko ogółem: 101.27 g; Tłuszcz ogółem: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 320.79 g; Kw. tł. nasycone: 23.79 g; Sól: 1.57 g; Sód: 525.21 mg; Błonnik: 20.48 g; W tym cukry: 106.85 g; WW: 32.29 Por; Potas: 4109.75 mg; Wapń: 790.51 mg; Fosfor: 1405.93 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 283.34 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 120g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2324.68 kcal; Białko ogółem: 111.37 g; Tłuszcz ogółem: 47.66 g; Węglowodany ogółem: 320.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.89 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1163.69 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 66.86 g; WW: 32.24 Por; Potas: 3416.82 mg; Wapń: 508.94 mg; Fosfor: 915.90 mg; Żelazo: 6.47 mg; Magnez: 191.13 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2159.81 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz ogółem: 43.62 g; Węglowodany ogółem: 306.14 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1106.60 mg; Błonnik: 22.14 g; W tym cukry: 60.09 g; WW: 30.76 Por; Potas: 2596.25 mg; Wapń: 396.82 mg; Fosfor: 678.23 mg; Żelazo: 4.51 mg; Magnez: 145.08 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.67 kcal; Białko ogółem: 61.88 g; Tłuszcz ogółem: 41.36 g; Węglowodany ogółem: 285.11 g; Kw. tł. nasycone: 7.72 g; Sól: 1.65 g; Sód: 237.29 mg; Błonnik: 25.63 g; W tym cukry: 53.26 g; WW: 28.74 Por; Potas: 2901.89 mg; Wapń: 168.84 mg; Fosfor: 554.47 mg; Żelazo: 5.81 mg; Magnez: 150.52 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2022.38 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz ogółem: 57.67 g; Węglowodany ogółem: 305.41 g; Kw. tł. nasycone: 10.66 g; Sól: 4.98 g; Sód: 1031.15 mg; Błonnik: 27.84 g; W tym cukry: 66.20 g; WW: 30.71 Por; Potas: 3079.32 mg; Wapń: 190.54 mg; Fosfor: 580.48 mg; Żelazo: 6.38 mg; Magnez: 164.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem b/mięsa 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotlet z fasoli czerwonej smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.40 kcal; Białko ogółem: 54.50 g; Tłuszcz ogółem: 48.35 g; Węglowodany ogółem: 336.61 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 3.22 g; Sód: 1134.44 mg; Błonnik: 41.07 g; W tym cukry: 69.76 g; WW: 33.77 Por; Potas: 3327.34 mg; Wapń: 564.60 mg; Fosfor: 924.02 mg; Żelazo: 8.92 mg; Magnez: 245.20 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Brokuł gotowany na parze b/soli 100g , Marchewka duszona z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1128.27 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.64 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.59 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.91 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 306.01 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 6.32 g; Sód: 1623.05 mg; Błonnik: 43.11 g; W tym cukry: 43.94 g; WW: 30.89 Por; Potas: 4161.46 mg; Wapń: 581.23 mg; Fosfor: 1345.95 mg; Żelazo: 13.51 mg; Magnez: 382.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.98 kcal; Białko ogółem: 90.94 g; Tłuszcz ogółem: 50.44 g; Węglowodany ogółem: 351.38 g; Kw. tł. nasycone: 12.62 g; Sól: 5.71 g; Sód: 1297.49 mg; Błonnik: 40.61 g; W tym cukry: 91.67 g; WW: 35.20 Por; Potas: 4056.90 mg; Wapń: 562.44 mg; Fosfor: 1149.54 mg; Żelazo: 11.21 mg; Magnez: 299.84 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2123.64 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz ogółem: 47.73 g; Węglowodany ogółem: 274.26 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 5.79 g; Sód: 1339.94 mg; Błonnik: 42.12 g; W tym cukry: 44.58 g; WW: 27.52 Por; Potas: 4115.34 mg; Wapń: 566.10 mg; Fosfor: 1228.02 mg; Żelazo: 12.13 mg; Magnez: 331.70 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.59 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 60g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2132.03 kcal; Białko ogółem: 55.46 g; Tłuszcz ogółem: 51.13 g; Węglowodany ogółem: 313.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 2.13 g; Sód: 360.21 mg; Błonnik: 26.35 g; W tym cukry: 64.99 g; WW: 31.56 Por; Potas: 2651.32 mg; Wapń: 413.58 mg; Fosfor: 599.06 mg; Żelazo: 4.31 mg; Magnez: 143.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Miód 15g , Mus z gruszki 150g ,			Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),			Podwieczorek: Biszkoty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Mleko 100ml (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2427.07 kcal; Białko ogółem: 101.27 g; Tłuszcz ogółem: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 320.79 g; Kw. tł. nasycone: 23.79 g; Sól: 1.57 g; Sód: 525.21 mg; Błonnik: 20.48 g; W tym cukry: 106.85 g; WW: 32.29 Por; Potas: 4109.75 mg; Wapń: 790.51 mg; Fosfor: 1405.93 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 283.34 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 120g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2324.68 kcal; Białko ogółem: 111.37 g; Tłuszcz ogółem: 47.66 g; Węglowodany ogółem: 320.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.89 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1163.69 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 66.86 g; WW: 32.24 Por; Potas: 3416.82 mg; Wapń: 508.94 mg; Fosfor: 915.90 mg; Żelazo: 6.47 mg; Magnez: 191.13 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2159.81 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz ogółem: 43.62 g; Węglowodany ogółem: 306.14 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1106.60 mg; Błonnik: 22.14 g; W tym cukry: 60.09 g; WW: 30.76 Por; Potas: 2596.25 mg; Wapń: 396.82 mg; Fosfor: 678.23 mg; Żelazo: 4.51 mg; Magnez: 145.08 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.67 kcal; Białko ogółem: 61.88 g; Tłuszcz ogółem: 41.36 g; Węglowodany ogółem: 285.11 g; Kw. tł. nasycone: 7.72 g; Sól: 1.65 g; Sód: 237.29 mg; Błonnik: 25.63 g; W tym cukry: 53.26 g; WW: 28.74 Por; Potas: 2901.89 mg; Wapń: 168.84 mg; Fosfor: 554.47 mg; Żelazo: 5.81 mg; Magnez: 150.52 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2022.38 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz ogółem: 57.67 g; Węglowodany ogółem: 305.41 g; Kw. tł. nasycone: 10.66 g; Sól: 4.98 g; Sód: 1031.15 mg; Błonnik: 27.84 g; W tym cukry: 66.20 g; WW: 30.71 Por; Potas: 3079.32 mg; Wapń: 190.54 mg; Fosfor: 580.48 mg; Żelazo: 6.38 mg; Magnez: 164.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem b/mięsa 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotlet z fasoli czerwonej smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.40 kcal; Białko ogółem: 54.50 g; Tłuszcz ogółem: 48.35 g; Węglowodany ogółem: 336.61 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 3.22 g; Sód: 1134.44 mg; Błonnik: 41.07 g; W tym cukry: 69.76 g; WW: 33.77 Por; Potas: 3327.34 mg; Wapń: 564.60 mg; Fosfor: 924.02 mg; Żelazo: 8.92 mg; Magnez: 245.20 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Brokuł gotowany na parze b/soli 100g , Marchewka duszona z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1128.27 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.64 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.59 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorია 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.91 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 306.01 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 6.32 g; Sód: 1623.05 mg; Błonnik: 43.11 g; W tym cukry: 43.94 g; WW: 30.89 Por; Potas: 4161.46 mg; Wapń: 581.23 mg; Fosfor: 1345.95 mg; Żelazo: 13.51 mg; Magnez: 382.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.98 kcal; Białko ogółem: 90.94 g; Tłuszcz ogółem: 50.44 g; Węglowodany ogółem: 351.38 g; Kw. tł. nasycone: 12.62 g; Sól: 5.71 g; Sód: 1297.49 mg; Błonnik: 40.61 g; W tym cukry: 91.67 g; WW: 35.20 Por; Potas: 4056.90 mg; Wapń: 562.44 mg; Fosfor: 1149.54 mg; Żelazo: 11.21 mg; Magnez: 299.84 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2123.64 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz ogółem: 47.73 g; Węglowodany ogółem: 274.26 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 5.79 g; Sód: 1339.94 mg; Błonnik: 42.12 g; W tym cukry: 44.58 g; WW: 27.52 Por; Potas: 4115.34 mg; Wapń: 566.10 mg; Fosfor: 1228.02 mg; Żelazo: 12.13 mg; Magnez: 331.70 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.59 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 60g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2132.03 kcal; Białko ogółem: 55.46 g; Tłuszcz ogółem: 51.13 g; Węglowodany ogółem: 313.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 2.13 g; Sód: 360.21 mg; Błonnik: 26.35 g; W tym cukry: 64.99 g; WW: 31.56 Por; Potas: 2651.32 mg; Wapń: 413.58 mg; Fosfor: 599.06 mg; Żelazo: 4.31 mg; Magnez: 143.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Miód 15g , Mus z gruszki 150g ,			Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),			Podwieczorek: Biszkoty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Mleko 100ml (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2427.07 kcal; Białko ogółem: 101.27 g; Tłuszcz ogółem: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 320.79 g; Kw. tł. nasycone: 23.79 g; Sól: 1.57 g; Sód: 525.21 mg; Błonnik: 20.48 g; W tym cukry: 106.85 g; WW: 32.29 Por; Potas: 4109.75 mg; Wapń: 790.51 mg; Fosfor: 1405.93 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 283.34 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 120g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2324.68 kcal; Białko ogółem: 111.37 g; Tłuszcz ogółem: 47.66 g; Węglowodany ogółem: 320.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.89 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1163.69 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 66.86 g; WW: 32.24 Por; Potas: 3416.82 mg; Wapń: 508.94 mg; Fosfor: 915.90 mg; Żelazo: 6.47 mg; Magnez: 191.13 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2159.81 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz ogółem: 43.62 g; Węglowodany ogółem: 306.14 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1106.60 mg; Błonnik: 22.14 g; W tym cukry: 60.09 g; WW: 30.76 Por; Potas: 2596.25 mg; Wapń: 396.82 mg; Fosfor: 678.23 mg; Żelazo: 4.51 mg; Magnez: 145.08 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.67 kcal; Białko ogółem: 61.88 g; Tłuszcz ogółem: 41.36 g; Węglowodany ogółem: 285.11 g; Kw. tł. nasycone: 7.72 g; Sól: 1.65 g; Sód: 237.29 mg; Błonnik: 25.63 g; W tym cukry: 53.26 g; WW: 28.74 Por; Potas: 2901.89 mg; Wapń: 168.84 mg; Fosfor: 554.47 mg; Żelazo: 5.81 mg; Magnez: 150.52 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2022.38 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz ogółem: 57.67 g; Węglowodany ogółem: 305.41 g; Kw. tł. nasycone: 10.66 g; Sól: 4.98 g; Sód: 1031.15 mg; Błonnik: 27.84 g; W tym cukry: 66.20 g; WW: 30.71 Por; Potas: 3079.32 mg; Wapń: 190.54 mg; Fosfor: 580.48 mg; Żelazo: 6.38 mg; Magnez: 164.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem b/mięsa 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotlet z fasoli czerwonej smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.40 kcal; Białko ogółem: 54.50 g; Tłuszcz ogółem: 48.35 g; Węglowodany ogółem: 336.61 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 3.22 g; Sód: 1134.44 mg; Błonnik: 41.07 g; W tym cukry: 69.76 g; WW: 33.77 Por; Potas: 3327.34 mg; Wapń: 564.60 mg; Fosfor: 924.02 mg; Żelazo: 8.92 mg; Magnez: 245.20 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Brokuł gotowany na parze b/soli 100g , Marchewka duszona z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1128.27 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.64 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.59 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorია 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.91 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 306.01 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 6.32 g; Sód: 1623.05 mg; Błonnik: 43.11 g; W tym cukry: 43.94 g; WW: 30.89 Por; Potas: 4161.46 mg; Wapń: 581.23 mg; Fosfor: 1345.95 mg; Żelazo: 13.51 mg; Magnez: 382.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.98 kcal; Białko ogółem: 90.94 g; Tłuszcz ogółem: 50.44 g; Węglowodany ogółem: 351.38 g; Kw. tł. nasycone: 12.62 g; Sól: 5.71 g; Sód: 1297.49 mg; Błonnik: 40.61 g; W tym cukry: 91.67 g; WW: 35.20 Por; Potas: 4056.90 mg; Wapń: 562.44 mg; Fosfor: 1149.54 mg; Żelazo: 11.21 mg; Magnez: 299.84 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2123.64 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz ogółem: 47.73 g; Węglowodany ogółem: 274.26 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 5.79 g; Sód: 1339.94 mg; Błonnik: 42.12 g; W tym cukry: 44.58 g; WW: 27.52 Por; Potas: 4115.34 mg; Wapń: 566.10 mg; Fosfor: 1228.02 mg; Żelazo: 12.13 mg; Magnez: 331.70 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.59 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 60g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2132.03 kcal; Białko ogółem: 55.46 g; Tłuszcz ogółem: 51.13 g; Węglowodany ogółem: 313.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 2.13 g; Sód: 360.21 mg; Błonnik: 26.35 g; W tym cukry: 64.99 g; WW: 31.56 Por; Potas: 2651.32 mg; Wapń: 413.58 mg; Fosfor: 599.06 mg; Żelazo: 4.31 mg; Magnez: 143.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Miód 15g , Mus z gruszki 150g ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),		II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	
Podwieczorek: Biszkoty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Mleko 100ml (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2427.07 kcal; Białko ogółem: 101.27 g; Tłuszcz ogółem: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 320.79 g; Kw. tł. nasycone: 23.79 g; Sól: 1.57 g; Sód: 525.21 mg; Błonnik: 20.48 g; W tym cukry: 106.85 g; WW: 32.29 Por; Potas: 4109.75 mg; Wapń: 790.51 mg; Fosfor: 1405.93 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 283.34 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 120g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2324.68 kcal; Białko ogółem: 111.37 g; Tłuszcz ogółem: 47.66 g; Węglowodany ogółem: 320.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.89 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1163.69 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 66.86 g; WW: 32.24 Por; Potas: 3416.82 mg; Wapń: 508.94 mg; Fosfor: 915.90 mg; Żelazo: 6.47 mg; Magnez: 191.13 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2159.81 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz ogółem: 43.62 g; Węglowodany ogółem: 306.14 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1106.60 mg; Błonnik: 22.14 g; W tym cukry: 60.09 g; WW: 30.76 Por; Potas: 2596.25 mg; Wapń: 396.82 mg; Fosfor: 678.23 mg; Żelazo: 4.51 mg; Magnez: 145.08 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Herbata b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.67 kcal; Białko ogółem: 61.88 g; Tłuszcz ogółem: 41.36 g; Węglowodany ogółem: 285.11 g; Kw. tł. nasycone: 7.72 g; Sól: 1.65 g; Sód: 237.29 mg; Błonnik: 25.63 g; W tym cukry: 53.26 g; WW: 28.74 Por; Potas: 2901.89 mg; Wapń: 168.84 mg; Fosfor: 554.47 mg; Żelazo: 5.81 mg; Magnez: 150.52 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2022.38 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz ogółem: 57.67 g; Węglowodany ogółem: 305.41 g; Kw. tł. nasycone: 10.66 g; Sól: 4.98 g; Sód: 1031.15 mg; Błonnik: 27.84 g; W tym cukry: 66.20 g; WW: 30.71 Por; Potas: 3079.32 mg; Wapń: 190.54 mg; Fosfor: 580.48 mg; Żelazo: 6.38 mg; Magnez: 164.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem b/mięsa 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotlet z fasoli czerwonej smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.40 kcal; Białko ogółem: 54.50 g; Tłuszcz ogółem: 48.35 g; Węglowodany ogółem: 336.61 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 3.22 g; Sód: 1134.44 mg; Błonnik: 41.07 g; W tym cukry: 69.76 g; WW: 33.77 Por; Potas: 3327.34 mg; Wapń: 564.60 mg; Fosfor: 924.02 mg; Żelazo: 8.92 mg; Magnez: 245.20 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Brokuł gotowany na parze b/soli 100g , Marchewka duszona z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1128.27 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.64 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.59 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorja 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.91 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 306.01 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 6.32 g; Sód: 1623.05 mg; Błonnik: 43.11 g; W tym cukry: 43.94 g; WW: 30.89 Por; Potas: 4161.46 mg; Wapń: 581.23 mg; Fosfor: 1345.95 mg; Żelazo: 13.51 mg; Magnez: 382.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2512.98 kcal; Białko ogółem: 90.94 g; Tłuszcz ogółem: 50.44 g; Węglowodany ogółem: 351.38 g; Kw. tł. nasycone: 12.62 g; Sól: 5.71 g; Sód: 1297.49 mg; Błonnik: 40.61 g; W tym cukry: 91.67 g; WW: 35.20 Por; Potas: 4056.90 mg; Wapń: 562.44 mg; Fosfor: 1149.54 mg; Żelazo: 11.21 mg; Magnez: 299.84 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2123.64 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz ogółem: 47.73 g; Węglowodany ogółem: 274.26 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 5.79 g; Sód: 1339.94 mg; Błonnik: 42.12 g; W tym cukry: 44.58 g; WW: 27.52 Por; Potas: 4115.34 mg; Wapń: 566.10 mg; Fosfor: 1228.02 mg; Żelazo: 12.13 mg; Magnez: 331.70 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.59 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 60g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2132.03 kcal; Białko ogółem: 55.46 g; Tłuszcz ogółem: 51.13 g; Węglowodany ogółem: 313.55 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 2.13 g; Sód: 360.21 mg; Błonnik: 26.35 g; W tym cukry: 64.99 g; WW: 31.56 Por; Potas: 2651.32 mg; Wapń: 413.58 mg; Fosfor: 599.06 mg; Żelazo: 4.31 mg; Magnez: 143.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Miód 15g , Mus z gruszki 150g ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Mleko 100ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2427.07 kcal; Białko ogółem: 101.27 g; Tłuszcz ogółem: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 320.79 g; Kw. tł. nasycone: 23.79 g; Sól: 1.57 g; Sód: 525.21 mg; Błonnik: 20.48 g; W tym cukry: 106.85 g; WW: 32.29 Por; Potas: 4109.75 mg; Wapń: 790.51 mg; Fosfor: 1405.93 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 283.34 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 120g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2324.68 kcal; Białko ogółem: 111.37 g; Tłuszcz ogółem: 47.66 g; Węglowodany ogółem: 320.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.89 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1163.69 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 66.86 g; WW: 32.24 Por; Potas: 3416.82 mg; Wapń: 508.94 mg; Fosfor: 915.90 mg; Żelazo: 6.47 mg; Magnez: 191.13 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2159.81 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz ogółem: 43.62 g; Węglowodany ogółem: 306.14 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1106.60 mg; Błonnik: 22.14 g; W tym cukry: 60.09 g; WW: 30.76 Por; Potas: 2596.25 mg; Wapń: 396.82 mg; Fosfor: 678.23 mg; Żelazo: 4.51 mg; Magnez: 145.08 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.67 kcal; Białko ogółem: 61.88 g; Tłuszcz ogółem: 41.36 g; Węglowodany ogółem: 285.11 g; Kw. tł. nasycone: 7.72 g; Sól: 1.65 g; Sód: 237.29 mg; Błonnik: 25.63 g; W tym cukry: 53.26 g; WW: 28.74 Por; Potas: 2901.89 mg; Wapń: 168.84 mg; Fosfor: 554.47 mg; Żelazo: 5.81 mg; Magnez: 150.52 mg;

niedziela 2025-02-23 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2022.38 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz ogółem: 57.67 g; Węglowodany ogółem: 305.41 g; Kw. tł. nasycone: 10.66 g; Sól: 4.98 g; Sód: 1031.15 mg; Błonnik: 27.84 g; W tym cukry: 66.20 g; WW: 30.71 Por; Potas: 3079.32 mg; Wapń: 190.54 mg; Fosfor: 580.48 mg; Żelazo: 6.38 mg; Magnez: 164.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem b/mięsa 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotlet z fasoli czerwonej smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.40 kcal; Białko ogółem: 54.50 g; Tłuszcz ogółem: 48.35 g; Węglowodany ogółem: 336.61 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 3.22 g; Sód: 1134.44 mg; Błonnik: 41.07 g; W tym cukry: 69.76 g; WW: 33.77 Por; Potas: 3327.34 mg; Wapń: 564.60 mg; Fosfor: 924.02 mg; Żelazo: 8.92 mg; Magnez: 245.20 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Brokuł gotowany na parze b/soli 100g , Marchewka duszona z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz ogółem: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.65 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1128.27 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.64 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.59 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1130.05 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 65.54 g; WW: 33.05 Por; Potas: 3262.42 mg; Wapń: 469.94 mg; Fosfor: 774.98 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 181.65 mg;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorii 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.91 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 306.01 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 6.32 g; Sód: 1623.05 mg; Błonnik: 43.11 g; W tym cukry: 43.94 g; WW: 30.89 Por; Potas: 4161.46 mg; Wapń: 581.23 mg; Fosfor: 1345.95 mg; Żelazo: 13.51 mg; Magnez: 382.09 mg;