

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-24Jadłospis 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem, twarogiem, cebulą i czosnkiem 300g (<i>GLU, JAJ, 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>), Papryka świeża 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2308.47 kcal; Białko ogółem: 73.11 g; Tłuszcz ogółem: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; Kw. tł. nasycone: 13.22 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1311.10 mg; Błonnik: 36.10 g; W tym cukry: 89.10 g; WW: 34.75 Por; Potas: 3144.67 mg; Wapń: 685.25 mg; Fosfor: 1196.98 mg; Żelazo: 11.51 mg; Magnez: 293.82 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, MLE, MCK</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>), Papryka świeża 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1989.07 kcal; Białko ogółem: 78.34 g; Tłuszcz ogółem: 43.97 g; Węglowodany ogółem: 277.62 g; Kw. tł. nasycone: 10.76 g; Sól: 5.54 g; Sód: 1340.60 mg; Błonnik: 38.92 g; W tym cukry: 57.45 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3072.24 mg; Wapń: 670.07 mg; Fosfor: 1184.68 mg; Żelazo: 11.42 mg; Magnez: 305.22 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2302.45 kcal; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz ogółem: 44.47 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; Kw. tł. nasycone: 13.00 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.75 g; WW: 36.11 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.05 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz ogółem: 44.15 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; Kw. tł. nasycone: 10.85 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.75 g; WW: 35.11 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 250g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2069.72 kcal; Białko ogółem: 54.38 g; Tłuszcz ogółem: 42.46 g; Węglowodany ogółem: 328.58 g; Kw. tł. nasycone: 11.88 g; Sól: 1.65 g; Sód: 328.25 mg; Błonnik: 25.71 g; W tym cukry: 100.15 g; WW: 33.18 Por; Potas: 2946.72 mg; Wapń: 604.38 mg; Fosfor: 762.31 mg; Żelazo: 7.30 mg; Magnez: 221.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24			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 z cukrem 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: 2691.53 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 374.29 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 585.06 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 93.29 g; WW: 37.80 Por; Potas: 4487.35 mg; Wapń: 696.86 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem (papka) 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2155.35 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 340.99 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 3.10 g; Sód: 1164.39 mg; Błonnik: 23.22 g; W tym cukry: 92.62 g; WW: 34.48 Por; Potas: 2659.52 mg; Wapń: 723.94 mg; Fosfor: 1107.53 mg; Żelazo: 10.08 mg; Magnez: 226.67 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 350g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2529.39 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz ogółem: 58.01 g; Węglowodany ogółem: 360.49 g; Kw. tł. nasycone: 18.26 g; Sól: 6.24 g; Sód: 1502.73 mg; Błonnik: 23.08 g; W tym cukry: 106.32 g; WW: 36.44 Por; Potas: 3408.45 mg; Wapń: 1077.66 mg; Fosfor: 1348.43 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 296.97 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 150ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2045.96 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz ogółem: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 303.10 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 4.21 g; Sód: 1090.53 mg; Błonnik: 19.10 g; W tym cukry: 68.76 g; WW: 30.55 Por; Potas: 2352.14 mg; Wapń: 678.56 mg; Fosfor: 1003.26 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 200.56 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron b/glu ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1916.48 kcal; Białko ogółem: 50.20 g; Tłuszcz ogółem: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 302.24 g; Kw. tł. nasycone: 9.18 g; Sól: 1.64 g; Sód: 243.52 mg; Błonnik: 21.75 g; W tym cukry: 79.84 g; WW: 30.52 Por; Potas: 2595.17 mg; Wapń: 358.34 mg; Fosfor: 588.31 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 186.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	
II Śniadanie: Sok przecierowy 100% 1szt , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2063.75 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 339.92 g; Kw. tł. nasycone: 6.83 g; Sól: 4.81 g; Sód: 1017.79 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 91.53 g; WW: 34.31 Por; Potas: 3500.41 mg; Wapń: 192.46 mg; Fosfor: 855.05 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 261.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem, twarogiem, cebulą i czosnkiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.14 kcal; Białko ogółem: 76.30 g; Tłuszcz ogółem: 44.69 g; Węglowodany ogółem: 309.96 g; Kw. tł. nasycone: 17.48 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1512.02 mg; Błonnik: 30.43 g; W tym cukry: 73.22 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2823.58 mg; Wapń: 986.42 mg; Fosfor: 1323.77 mg; Żelazo: 10.39 mg; Magnez: 276.32 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem b/soli 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2286.49 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1123.89 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 105.29 g; WW: 36.19 Por; Potas: 3324.77 mg; Wapń: 706.24 mg; Fosfor: 1052.46 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 274.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2355.07 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 369.79 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 452.04 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 85.31 g; WW: 37.29 Por; Potas: 4699.70 mg; Wapń: 209.59 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem b/soli 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2286.49 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1123.89 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 105.29 g; WW: 36.19 Por; Potas: 3324.77 mg; Wapń: 706.24 mg; Fosfor: 1052.46 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 274.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.26 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz ogółem: 42.00 g; Węglowodany ogółem: 347.94 g; Kw. tł. nasycone: 12.43 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.69 g; WW: 35.17 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24		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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlna 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2163.37 kcal; Białko ogółem: 80.65 g; Tłuszcz ogółem: 43.99 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; Kw. tł. nasycone: 10.95 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1362.90 mg; Błonnik: 36.73 g; W tym cukry: 86.52 g; WW: 32.53 Por; Potas: 3750.04 mg; Wapń: 699.95 mg; Fosfor: 1247.93 mg; Żelazo: 13.57 mg; Magnez: 383.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Połudwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (SEL, S02), Makaron ze szpinakiem b/ml b/twarogu 300g , Kompot owocowy 250ml	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1748.63 kcal; Białko ogółem: 24.78 g; Tłuszcz ogółem: 49.96 g; Węglowodany ogółem: 309.74 g; Kw. tł. nasycone: 8.68 g; Sól: 2.18 g; Sód: 159.29 mg; Błonnik: 21.69 g; W tym cukry: 73.17 g; WW: 31.28 Por; Potas: 2357.31 mg; Wapń: 168.97 mg; Fosfor: 214.20 mg; Żelazo: 6.29 mg; Magnez: 167.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-24Jadłospis 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem, twarogiem, cebulą i czosnkiem 300g (<i>GLU, JAJ, 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 zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2308.47 kcal; Białko ogółem: 73.11 g; Tłuszcz ogółem: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; Kw. tł. nasycone: 13.22 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1311.10 mg; Błonnik: 36.10 g; W tym cukry: 89.10 g; WW: 34.75 Por; Potas: 3144.67 mg; Wapń: 685.25 mg; Fosfor: 1196.98 mg; Żelazo: 11.51 mg; Magnez: 293.82 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, MLE, MCK</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 zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1989.07 kcal; Białko ogółem: 78.34 g; Tłuszcz ogółem: 43.97 g; Węglowodany ogółem: 277.62 g; Kw. tł. nasycone: 10.76 g; Sól: 5.54 g; Sód: 1340.60 mg; Błonnik: 38.92 g; W tym cukry: 57.45 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3072.24 mg; Wapń: 670.07 mg; Fosfor: 1184.68 mg; Żelazo: 11.42 mg; Magnez: 305.22 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2302.45 kcal; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz ogółem: 44.47 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; Kw. tł. nasycone: 13.00 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.75 g; WW: 36.11 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.05 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz ogółem: 44.15 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; Kw. tł. nasycone: 10.85 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.75 g; WW: 35.11 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 250g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2069.72 kcal; Białko ogółem: 54.38 g; Tłuszcz ogółem: 42.46 g; Węglowodany ogółem: 328.58 g; Kw. tł. nasycone: 11.88 g; Sól: 1.65 g; Sód: 328.25 mg; Błonnik: 25.71 g; W tym cukry: 100.15 g; WW: 33.18 Por; Potas: 2946.72 mg; Wapń: 604.38 mg; Fosfor: 762.31 mg; Żelazo: 7.30 mg; Magnez: 221.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24			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 z cukrem 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: 2691.53 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 374.29 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 585.06 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 93.29 g; WW: 37.80 Por; Potas: 4487.35 mg; Wapń: 696.86 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem (papka) 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2155.35 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 340.99 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 3.10 g; Sód: 1164.39 mg; Błonnik: 23.22 g; W tym cukry: 92.62 g; WW: 34.48 Por; Potas: 2659.52 mg; Wapń: 723.94 mg; Fosfor: 1107.53 mg; Żelazo: 10.08 mg; Magnez: 226.67 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 350g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2529.39 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz ogółem: 58.01 g; Węglowodany ogółem: 360.49 g; Kw. tł. nasycone: 18.26 g; Sól: 6.24 g; Sód: 1502.73 mg; Błonnik: 23.08 g; W tym cukry: 106.32 g; WW: 36.44 Por; Potas: 3408.45 mg; Wapń: 1077.66 mg; Fosfor: 1348.43 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 296.97 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 150ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2045.96 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz ogółem: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 303.10 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 4.21 g; Sód: 1090.53 mg; Błonnik: 19.10 g; W tym cukry: 68.76 g; WW: 30.55 Por; Potas: 2352.14 mg; Wapń: 678.56 mg; Fosfor: 1003.26 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 200.56 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron b/glu ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1916.48 kcal; Białko ogółem: 50.20 g; Tłuszcz ogółem: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 302.24 g; Kw. tł. nasycone: 9.18 g; Sól: 1.64 g; Sód: 243.52 mg; Błonnik: 21.75 g; W tym cukry: 79.84 g; WW: 30.52 Por; Potas: 2595.17 mg; Wapń: 358.34 mg; Fosfor: 588.31 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 186.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	
II Śniadanie: Sok przecierowy 100% 1szt , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2063.75 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 339.92 g; Kw. tł. nasycone: 6.83 g; Sól: 4.81 g; Sód: 1017.79 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 91.53 g; WW: 34.31 Por; Potas: 3500.41 mg; Wapń: 192.46 mg; Fosfor: 855.05 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 261.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem, cebulą i czosnkiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.14 kcal; Białko ogółem: 76.30 g; Tłuszcz ogółem: 44.69 g; Węglowodany ogółem: 309.96 g; Kw. tł. nasycone: 17.48 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1512.02 mg; Błonnik: 30.43 g; W tym cukry: 73.22 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2823.58 mg; Wapń: 986.42 mg; Fosfor: 1323.77 mg; Żelazo: 10.39 mg; Magnez: 276.32 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem b/soli 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2286.49 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1123.89 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 105.29 g; WW: 36.19 Por; Potas: 3324.77 mg; Wapń: 706.24 mg; Fosfor: 1052.46 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 274.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2355.07 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 369.79 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 452.04 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 85.31 g; WW: 37.29 Por; Potas: 4699.70 mg; Wapń: 209.59 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem b/soli 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2286.49 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1123.89 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 105.29 g; WW: 36.19 Por; Potas: 3324.77 mg; Wapń: 706.24 mg; Fosfor: 1052.46 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 274.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.26 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz ogółem: 42.00 g; Węglowodany ogółem: 347.94 g; Kw. tł. nasycone: 12.43 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.69 g; WW: 35.17 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24		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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlna 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2163.37 kcal; Białko ogółem: 80.65 g; Tłuszcz ogółem: 43.99 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; Kw. tł. nasycone: 10.95 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1362.90 mg; Błonnik: 36.73 g; W tym cukry: 86.52 g; WW: 32.53 Por; Potas: 3750.04 mg; Wapń: 699.95 mg; Fosfor: 1247.93 mg; Żelazo: 13.57 mg; Magnez: 383.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Połudwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (SEL, S02), Makaron ze szpinakiem b/ml b/twarogu 300g , Kompot owocowy 250ml	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1748.63 kcal; Białko ogółem: 24.78 g; Tłuszcz ogółem: 49.96 g; Węglowodany ogółem: 309.74 g; Kw. tł. nasycone: 8.68 g; Sól: 2.18 g; Sód: 159.29 mg; Błonnik: 21.69 g; W tym cukry: 73.17 g; WW: 31.28 Por; Potas: 2357.31 mg; Wapń: 168.97 mg; Fosfor: 214.20 mg; Żelazo: 6.29 mg; Magnez: 167.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMIT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-24Jadłospis 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem, twarogiem, cebulą i czosnkiem 300g (<i>GLU, JAJ, 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>), Papryka świeża 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2308.47 kcal; Białko ogółem: 73.11 g; Tłuszcz ogółem: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; Kw. tł. nasycone: 13.22 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1311.10 mg; Błonnik: 36.10 g; W tym cukry: 89.10 g; WW: 34.75 Por; Potas: 3144.67 mg; Wapń: 685.25 mg; Fosfor: 1196.98 mg; Żelazo: 11.51 mg; Magnez: 293.82 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, MLE, MCK</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>), Papryka świeża 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1989.07 kcal; Białko ogółem: 78.34 g; Tłuszcz ogółem: 43.97 g; Węglowodany ogółem: 277.62 g; Kw. tł. nasycone: 10.76 g; Sól: 5.54 g; Sód: 1340.60 mg; Błonnik: 38.92 g; W tym cukry: 57.45 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3072.24 mg; Wapń: 670.07 mg; Fosfor: 1184.68 mg; Żelazo: 11.42 mg; Magnez: 305.22 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2302.45 kcal; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz ogółem: 44.47 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; Kw. tł. nasycone: 13.00 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.75 g; WW: 36.11 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.05 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz ogółem: 44.15 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; Kw. tł. nasycone: 10.85 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.75 g; WW: 35.11 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 250g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2069.72 kcal; Białko ogółem: 54.38 g; Tłuszcz ogółem: 42.46 g; Węglowodany ogółem: 328.58 g; Kw. tł. nasycone: 11.88 g; Sól: 1.65 g; Sód: 328.25 mg; Błonnik: 25.71 g; W tym cukry: 100.15 g; WW: 33.18 Por; Potas: 2946.72 mg; Wapń: 604.38 mg; Fosfor: 762.31 mg; Żelazo: 7.30 mg; Magnez: 221.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24			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 z cukrem 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: 2691.53 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 374.29 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 585.06 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 93.29 g; WW: 37.80 Por; Potas: 4487.35 mg; Wapń: 696.86 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem (papka) 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2155.35 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 340.99 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 3.10 g; Sód: 1164.39 mg; Błonnik: 23.22 g; W tym cukry: 92.62 g; WW: 34.48 Por; Potas: 2659.52 mg; Wapń: 723.94 mg; Fosfor: 1107.53 mg; Żelazo: 10.08 mg; Magnez: 226.67 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 350g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2529.39 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz ogółem: 58.01 g; Węglowodany ogółem: 360.49 g; Kw. tł. nasycone: 18.26 g; Sól: 6.24 g; Sód: 1502.73 mg; Błonnik: 23.08 g; W tym cukry: 106.32 g; WW: 36.44 Por; Potas: 3408.45 mg; Wapń: 1077.66 mg; Fosfor: 1348.43 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 296.97 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 150ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2045.96 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz ogółem: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 303.10 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 4.21 g; Sód: 1090.53 mg; Błonnik: 19.10 g; W tym cukry: 68.76 g; WW: 30.55 Por; Potas: 2352.14 mg; Wapń: 678.56 mg; Fosfor: 1003.26 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 200.56 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron b/glu ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1916.48 kcal; Białko ogółem: 50.20 g; Tłuszcz ogółem: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 302.24 g; Kw. tł. nasycone: 9.18 g; Sól: 1.64 g; Sód: 243.52 mg; Błonnik: 21.75 g; W tym cukry: 79.84 g; WW: 30.52 Por; Potas: 2595.17 mg; Wapń: 358.34 mg; Fosfor: 588.31 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 186.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	
II Śniadanie: Sok przecierowy 100% 1szt , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2063.75 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 339.92 g; Kw. tł. nasycone: 6.83 g; Sól: 4.81 g; Sód: 1017.79 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 91.53 g; WW: 34.31 Por; Potas: 3500.41 mg; Wapń: 192.46 mg; Fosfor: 855.05 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 261.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem, twarogiem, cebulą i czosnkiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.14 kcal; Białko ogółem: 76.30 g; Tłuszcz ogółem: 44.69 g; Węglowodany ogółem: 309.96 g; Kw. tł. nasycone: 17.48 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1512.02 mg; Błonnik: 30.43 g; W tym cukry: 73.22 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2823.58 mg; Wapń: 986.42 mg; Fosfor: 1323.77 mg; Żelazo: 10.39 mg; Magnez: 276.32 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem b/soli 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2286.49 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1123.89 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 105.29 g; WW: 36.19 Por; Potas: 3324.77 mg; Wapń: 706.24 mg; Fosfor: 1052.46 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 274.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2355.07 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 369.79 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 452.04 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 85.31 g; WW: 37.29 Por; Potas: 4699.70 mg; Wapń: 209.59 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem b/soli 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2286.49 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1123.89 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 105.29 g; WW: 36.19 Por; Potas: 3324.77 mg; Wapń: 706.24 mg; Fosfor: 1052.46 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 274.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.26 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz ogółem: 42.00 g; Węglowodany ogółem: 347.94 g; Kw. tł. nasycone: 12.43 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.69 g; WW: 35.17 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24		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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlna 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2163.37 kcal; Białko ogółem: 80.65 g; Tłuszcz ogółem: 43.99 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; Kw. tł. nasycone: 10.95 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1362.90 mg; Błonnik: 36.73 g; W tym cukry: 86.52 g; WW: 32.53 Por; Potas: 3750.04 mg; Wapń: 699.95 mg; Fosfor: 1247.93 mg; Żelazo: 13.57 mg; Magnez: 383.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Poledwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (SEL, S02), Makaron ze szpinakiem b/ml b/twarogu 300g , Kompot owocowy 250ml	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1748.63 kcal; Białko ogółem: 24.78 g; Tłuszcz ogółem: 49.96 g; Węglowodany ogółem: 309.74 g; Kw. tł. nasycone: 8.68 g; Sól: 2.18 g; Sód: 159.29 mg; Błonnik: 21.69 g; W tym cukry: 73.17 g; WW: 31.28 Por; Potas: 2357.31 mg; Wapń: 168.97 mg; Fosfor: 214.20 mg; Żelazo: 6.29 mg; Magnez: 167.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-24Jadłospis 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem, twarogiem, cebulą i czosnkiem 300g (<i>GLU, JAJ, 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 zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2308.47 kcal; Białko ogółem: 73.11 g; Tłuszcz ogółem: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; Kw. tł. nasycone: 13.22 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1311.10 mg; Błonnik: 36.10 g; W tym cukry: 89.10 g; WW: 34.75 Por; Potas: 3144.67 mg; Wapń: 685.25 mg; Fosfor: 1196.98 mg; Żelazo: 11.51 mg; Magnez: 293.82 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, MLE, MCK</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 zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1989.07 kcal; Białko ogółem: 78.34 g; Tłuszcz ogółem: 43.97 g; Węglowodany ogółem: 277.62 g; Kw. tł. nasycone: 10.76 g; Sól: 5.54 g; Sód: 1340.60 mg; Błonnik: 38.92 g; W tym cukry: 57.45 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3072.24 mg; Wapń: 670.07 mg; Fosfor: 1184.68 mg; Żelazo: 11.42 mg; Magnez: 305.22 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2302.45 kcal; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz ogółem: 44.47 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; Kw. tł. nasycone: 13.00 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.75 g; WW: 36.11 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.05 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz ogółem: 44.15 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; Kw. tł. nasycone: 10.85 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.75 g; WW: 35.11 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 250g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2069.72 kcal; Białko ogółem: 54.38 g; Tłuszcz ogółem: 42.46 g; Węglowodany ogółem: 328.58 g; Kw. tł. nasycone: 11.88 g; Sól: 1.65 g; Sód: 328.25 mg; Błonnik: 25.71 g; W tym cukry: 100.15 g; WW: 33.18 Por; Potas: 2946.72 mg; Wapń: 604.38 mg; Fosfor: 762.31 mg; Żelazo: 7.30 mg; Magnez: 221.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24			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 z cukrem 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: 2691.53 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 374.29 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 585.06 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 93.29 g; WW: 37.80 Por; Potas: 4487.35 mg; Wapń: 696.86 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron ze szpinakiem i twarogiem (papka) 300g (GLU, JAJ, MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (MLE), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2155.35 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 340.99 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 3.10 g; Sód: 1164.39 mg; Błonnik: 23.22 g; W tym cukry: 92.62 g; WW: 34.48 Por; Potas: 2659.52 mg; Wapń: 723.94 mg; Fosfor: 1107.53 mg; Żelazo: 10.08 mg; Magnez: 226.67 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (MLE), Kielbasa krakowska 50g (GLU, SOJ), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 350g (GLU, JAJ, MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2529.39 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz ogółem: 58.01 g; Węglowodany ogółem: 360.49 g; Kw. tł. nasycone: 18.26 g; Sól: 6.24 g; Sód: 1502.73 mg; Błonnik: 23.08 g; W tym cukry: 106.32 g; WW: 36.44 Por; Potas: 3408.45 mg; Wapń: 1077.66 mg; Fosfor: 1348.43 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 296.97 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (GLU, SOJ), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 150ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2045.96 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz ogółem: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 303.10 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 4.21 g; Sód: 1090.53 mg; Błonnik: 19.10 g; W tym cukry: 68.76 g; WW: 30.55 Por; Potas: 2352.14 mg; Wapń: 678.56 mg; Fosfor: 1003.26 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 200.56 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron b/glu ze szpinakiem i twarogiem 300g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1916.48 kcal; Białko ogółem: 50.20 g; Tłuszcz ogółem: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 302.24 g; Kw. tł. nasycone: 9.18 g; Sól: 1.64 g; Sód: 243.52 mg; Błonnik: 21.75 g; W tym cukry: 79.84 g; WW: 30.52 Por; Potas: 2595.17 mg; Wapń: 358.34 mg; Fosfor: 588.31 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 186.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (GLU, SOJ), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (SEL, S02), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Buraczki gotowane plastry 100g ,	
II Śniadanie: Sok przecierowy 100% 1szt , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2063.75 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 339.92 g; Kw. tł. nasycone: 6.83 g; Sól: 4.81 g; Sód: 1017.79 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 91.53 g; WW: 34.31 Por; Potas: 3500.41 mg; Wapń: 192.46 mg; Fosfor: 855.05 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 261.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem, twarogiem, cebulą i czosnkiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.14 kcal; Białko ogółem: 76.30 g; Tłuszcz ogółem: 44.69 g; Węglowodany ogółem: 309.96 g; Kw. tł. nasycone: 17.48 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1512.02 mg; Błonnik: 30.43 g; W tym cukry: 73.22 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2823.58 mg; Wapń: 986.42 mg; Fosfor: 1323.77 mg; Żelazo: 10.39 mg; Magnez: 276.32 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem b/soli 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2286.49 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1123.89 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 105.29 g; WW: 36.19 Por; Potas: 3324.77 mg; Wapń: 706.24 mg; Fosfor: 1052.46 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 274.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2355.07 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 369.79 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 452.04 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 85.31 g; WW: 37.29 Por; Potas: 4699.70 mg; Wapń: 209.59 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem b/soli 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2286.49 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1123.89 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 105.29 g; WW: 36.19 Por; Potas: 3324.77 mg; Wapń: 706.24 mg; Fosfor: 1052.46 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 274.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.26 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz ogółem: 42.00 g; Węglowodany ogółem: 347.94 g; Kw. tł. nasycone: 12.43 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.69 g; WW: 35.17 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24		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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlna 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2163.37 kcal; Białko ogółem: 80.65 g; Tłuszcz ogółem: 43.99 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; Kw. tł. nasycone: 10.95 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1362.90 mg; Błonnik: 36.73 g; W tym cukry: 86.52 g; WW: 32.53 Por; Potas: 3750.04 mg; Wapń: 699.95 mg; Fosfor: 1247.93 mg; Żelazo: 13.57 mg; Magnez: 383.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Połudwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (SEL, S02), Makaron ze szpinakiem b/ml b/twarogu 300g , Kompot owocowy 250ml	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1748.63 kcal; Białko ogółem: 24.78 g; Tłuszcz ogółem: 49.96 g; Węglowodany ogółem: 309.74 g; Kw. tł. nasycone: 8.68 g; Sól: 2.18 g; Sód: 159.29 mg; Błonnik: 21.69 g; W tym cukry: 73.17 g; WW: 31.28 Por; Potas: 2357.31 mg; Wapń: 168.97 mg; Fosfor: 214.20 mg; Żelazo: 6.29 mg; Magnez: 167.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-24Jadłospis 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem, twarogiem, cebulą i czosnkiem 300g (<i>GLU, JAJ, 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 zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2308.47 kcal; Białko ogółem: 73.11 g; Tłuszcz ogółem: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; Kw. tł. nasycone: 13.22 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1311.10 mg; Błonnik: 36.10 g; W tym cukry: 89.10 g; WW: 34.75 Por; Potas: 3144.67 mg; Wapń: 685.25 mg; Fosfor: 1196.98 mg; Żelazo: 11.51 mg; Magnez: 293.82 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, MLE, MCK</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 zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1989.07 kcal; Białko ogółem: 78.34 g; Tłuszcz ogółem: 43.97 g; Węglowodany ogółem: 277.62 g; Kw. tł. nasycone: 10.76 g; Sól: 5.54 g; Sód: 1340.60 mg; Błonnik: 38.92 g; W tym cukry: 57.45 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3072.24 mg; Wapń: 670.07 mg; Fosfor: 1184.68 mg; Żelazo: 11.42 mg; Magnez: 305.22 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2302.45 kcal; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz ogółem: 44.47 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; Kw. tł. nasycone: 13.00 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.75 g; WW: 36.11 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.05 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz ogółem: 44.15 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; Kw. tł. nasycone: 10.85 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.75 g; WW: 35.11 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 250g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2069.72 kcal; Białko ogółem: 54.38 g; Tłuszcz ogółem: 42.46 g; Węglowodany ogółem: 328.58 g; Kw. tł. nasycone: 11.88 g; Sól: 1.65 g; Sód: 328.25 mg; Błonnik: 25.71 g; W tym cukry: 100.15 g; WW: 33.18 Por; Potas: 2946.72 mg; Wapń: 604.38 mg; Fosfor: 762.31 mg; Żelazo: 7.30 mg; Magnez: 221.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24			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 z cukrem 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: 2691.53 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 374.29 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 585.06 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 93.29 g; WW: 37.80 Por; Potas: 4487.35 mg; Wapń: 696.86 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem (papka) 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2155.35 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 340.99 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 3.10 g; Sód: 1164.39 mg; Błonnik: 23.22 g; W tym cukry: 92.62 g; WW: 34.48 Por; Potas: 2659.52 mg; Wapń: 723.94 mg; Fosfor: 1107.53 mg; Żelazo: 10.08 mg; Magnez: 226.67 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 350g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2529.39 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz ogółem: 58.01 g; Węglowodany ogółem: 360.49 g; Kw. tł. nasycone: 18.26 g; Sól: 6.24 g; Sód: 1502.73 mg; Błonnik: 23.08 g; W tym cukry: 106.32 g; WW: 36.44 Por; Potas: 3408.45 mg; Wapń: 1077.66 mg; Fosfor: 1348.43 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 296.97 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 150ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2045.96 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz ogółem: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 303.10 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 4.21 g; Sód: 1090.53 mg; Błonnik: 19.10 g; W tym cukry: 68.76 g; WW: 30.55 Por; Potas: 2352.14 mg; Wapń: 678.56 mg; Fosfor: 1003.26 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 200.56 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron b/glu ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1916.48 kcal; Białko ogółem: 50.20 g; Tłuszcz ogółem: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 302.24 g; Kw. tł. nasycone: 9.18 g; Sól: 1.64 g; Sód: 243.52 mg; Błonnik: 21.75 g; W tym cukry: 79.84 g; WW: 30.52 Por; Potas: 2595.17 mg; Wapń: 358.34 mg; Fosfor: 588.31 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 186.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	
II Śniadanie: Sok przecierowy 100% 1szt , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2063.75 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 339.92 g; Kw. tł. nasycone: 6.83 g; Sól: 4.81 g; Sód: 1017.79 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 91.53 g; WW: 34.31 Por; Potas: 3500.41 mg; Wapń: 192.46 mg; Fosfor: 855.05 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 261.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem, twarogiem, cebulą i czosnkiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.14 kcal; Białko ogółem: 76.30 g; Tłuszcz ogółem: 44.69 g; Węglowodany ogółem: 309.96 g; Kw. tł. nasycone: 17.48 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1512.02 mg; Błonnik: 30.43 g; W tym cukry: 73.22 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2823.58 mg; Wapń: 986.42 mg; Fosfor: 1323.77 mg; Żelazo: 10.39 mg; Magnez: 276.32 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem b/soli 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2286.49 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1123.89 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 105.29 g; WW: 36.19 Por; Potas: 3324.77 mg; Wapń: 706.24 mg; Fosfor: 1052.46 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 274.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2355.07 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 369.79 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 452.04 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 85.31 g; WW: 37.29 Por; Potas: 4699.70 mg; Wapń: 209.59 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem b/soli 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2286.49 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1123.89 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 105.29 g; WW: 36.19 Por; Potas: 3324.77 mg; Wapń: 706.24 mg; Fosfor: 1052.46 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 274.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.26 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz ogółem: 42.00 g; Węglowodany ogółem: 347.94 g; Kw. tł. nasycone: 12.43 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.69 g; WW: 35.17 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24		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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlna 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2163.37 kcal; Białko ogółem: 80.65 g; Tłuszcz ogółem: 43.99 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; Kw. tł. nasycone: 10.95 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1362.90 mg; Błonnik: 36.73 g; W tym cukry: 86.52 g; WW: 32.53 Por; Potas: 3750.04 mg; Wapń: 699.95 mg; Fosfor: 1247.93 mg; Żelazo: 13.57 mg; Magnez: 383.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Połudwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (SEL, S02), Makaron ze szpinakiem b/ml b/twarogu 300g , Kompot owocowy 250ml	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1748.63 kcal; Białko ogółem: 24.78 g; Tłuszcz ogółem: 49.96 g; Węglowodany ogółem: 309.74 g; Kw. tł. nasycone: 8.68 g; Sól: 2.18 g; Sód: 159.29 mg; Błonnik: 21.69 g; W tym cukry: 73.17 g; WW: 31.28 Por; Potas: 2357.31 mg; Wapń: 168.97 mg; Fosfor: 214.20 mg; Żelazo: 6.29 mg; Magnez: 167.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-24Jadłospis 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem, twarogiem, cebulą i czosnkiem 300g (<i>GLU, JAJ, 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 zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2308.47 kcal; Białko ogółem: 73.11 g; Tłuszcz ogółem: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; Kw. tł. nasycone: 13.22 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1311.10 mg; Błonnik: 36.10 g; W tym cukry: 89.10 g; WW: 34.75 Por; Potas: 3144.67 mg; Wapń: 685.25 mg; Fosfor: 1196.98 mg; Żelazo: 11.51 mg; Magnez: 293.82 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, MLE, MCK</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 zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1989.07 kcal; Białko ogółem: 78.34 g; Tłuszcz ogółem: 43.97 g; Węglowodany ogółem: 277.62 g; Kw. tł. nasycone: 10.76 g; Sól: 5.54 g; Sód: 1340.60 mg; Błonnik: 38.92 g; W tym cukry: 57.45 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3072.24 mg; Wapń: 670.07 mg; Fosfor: 1184.68 mg; Żelazo: 11.42 mg; Magnez: 305.22 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2302.45 kcal; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz ogółem: 44.47 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; Kw. tł. nasycone: 13.00 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.75 g; WW: 36.11 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.05 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz ogółem: 44.15 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; Kw. tł. nasycone: 10.85 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.75 g; WW: 35.11 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 250g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2069.72 kcal; Białko ogółem: 54.38 g; Tłuszcz ogółem: 42.46 g; Węglowodany ogółem: 328.58 g; Kw. tł. nasycone: 11.88 g; Sól: 1.65 g; Sód: 328.25 mg; Błonnik: 25.71 g; W tym cukry: 100.15 g; WW: 33.18 Por; Potas: 2946.72 mg; Wapń: 604.38 mg; Fosfor: 762.31 mg; Żelazo: 7.30 mg; Magnez: 221.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24			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 z cukrem 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: 2691.53 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 374.29 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 585.06 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 93.29 g; WW: 37.80 Por; Potas: 4487.35 mg; Wapń: 696.86 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron ze szpinakiem i twarogiem (papka) 300g (GLU, JAJ, MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (MLE), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2155.35 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 340.99 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 3.10 g; Sód: 1164.39 mg; Błonnik: 23.22 g; W tym cukry: 92.62 g; WW: 34.48 Por; Potas: 2659.52 mg; Wapń: 723.94 mg; Fosfor: 1107.53 mg; Żelazo: 10.08 mg; Magnez: 226.67 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (MLE), Kielbasa krakowska 50g (GLU, SOJ), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 350g (GLU, JAJ, MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2529.39 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz ogółem: 58.01 g; Węglowodany ogółem: 360.49 g; Kw. tł. nasycone: 18.26 g; Sól: 6.24 g; Sód: 1502.73 mg; Błonnik: 23.08 g; W tym cukry: 106.32 g; WW: 36.44 Por; Potas: 3408.45 mg; Wapń: 1077.66 mg; Fosfor: 1348.43 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 296.97 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (GLU, SOJ), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 150ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2045.96 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz ogółem: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 303.10 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 4.21 g; Sód: 1090.53 mg; Błonnik: 19.10 g; W tym cukry: 68.76 g; WW: 30.55 Por; Potas: 2352.14 mg; Wapń: 678.56 mg; Fosfor: 1003.26 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 200.56 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron b/glu ze szpinakiem i twarogiem 300g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (MLE), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1916.48 kcal; Białko ogółem: 50.20 g; Tłuszcz ogółem: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 302.24 g; Kw. tł. nasycone: 9.18 g; Sól: 1.64 g; Sód: 243.52 mg; Błonnik: 21.75 g; W tym cukry: 79.84 g; WW: 30.52 Por; Potas: 2595.17 mg; Wapń: 358.34 mg; Fosfor: 588.31 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 186.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (GLU, SOJ), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (SEL, S02), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Buraczki gotowane plastry 100g ,	
II Śniadanie: Sok przecierowy 100% 1szt , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2063.75 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz ogółem: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 339.92 g; Kw. tł. nasycone: 6.83 g; Sól: 4.81 g; Sód: 1017.79 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 91.53 g; WW: 34.31 Por; Potas: 3500.41 mg; Wapń: 192.46 mg; Fosfor: 855.05 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 261.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem, twarogiem, cebulą i czosnkiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.14 kcal; Białko ogółem: 76.30 g; Tłuszcz ogółem: 44.69 g; Węglowodany ogółem: 309.96 g; Kw. tł. nasycone: 17.48 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1512.02 mg; Błonnik: 30.43 g; W tym cukry: 73.22 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2823.58 mg; Wapń: 986.42 mg; Fosfor: 1323.77 mg; Żelazo: 10.39 mg; Magnez: 276.32 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem b/soli 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2286.49 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1123.89 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 105.29 g; WW: 36.19 Por; Potas: 3324.77 mg; Wapń: 706.24 mg; Fosfor: 1052.46 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 274.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2355.07 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 369.79 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.14 g; Sód: 452.04 mg; Błonnik: 26.60 g; W tym cukry: 85.31 g; WW: 37.29 Por; Potas: 4699.70 mg; Wapń: 209.59 mg; Fosfor: 1403.32 mg; Żelazo: 8.77 mg; Magnez: 305.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem b/soli 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2286.49 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1123.89 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 105.29 g; WW: 36.19 Por; Potas: 3324.77 mg; Wapń: 706.24 mg; Fosfor: 1052.46 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 274.28 mg;

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.26 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz ogółem: 42.00 g; Węglowodany ogółem: 347.94 g; Kw. tł. nasycone: 12.43 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 104.69 g; WW: 35.17 Por; Potas: 3285.62 mg; Wapń: 701.44 mg; Fosfor: 1045.56 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 271.88 mg;

poniedziałek 2025-02-24		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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlna 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2163.37 kcal; Białko ogółem: 80.65 g; Tłuszcz ogółem: 43.99 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; Kw. tł. nasycone: 10.95 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1362.90 mg; Błonnik: 36.73 g; W tym cukry: 86.52 g; WW: 32.53 Por; Potas: 3750.04 mg; Wapń: 699.95 mg; Fosfor: 1247.93 mg; Żelazo: 13.57 mg; Magnez: 383.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Połudwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (SEL, S02), Makaron ze szpinakiem b/ml b/twarogu 300g , Kompot owocowy 250ml	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1748.63 kcal; Białko ogółem: 24.78 g; Tłuszcz ogółem: 49.96 g; Węglowodany ogółem: 309.74 g; Kw. tł. nasycone: 8.68 g; Sól: 2.18 g; Sód: 159.29 mg; Błonnik: 21.69 g; W tym cukry: 73.17 g; WW: 31.28 Por; Potas: 2357.31 mg; Wapń: 168.97 mg; Fosfor: 214.20 mg; Żelazo: 6.29 mg; Magnez: 167.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-24	Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny	
	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron ze szpinakiem, twarogiem, cebulą i czosnkiem 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1803.87 kcal; Białko ogółem: 70.77 g; Tłuszcz ogółem: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 280.78 g; Kw. tł. nasycone: 6.66 g; Sól: 0.48 g; Sód: 181.91 mg; Błonnik: 18.64 g; W tym cukry: 11.01 g; WW: 28.26 Por; Potas: 1407.88 mg; Wapń: 325.01 mg; Fosfor: 624.34 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 143.70 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp duszony z majerankiem 300g (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2918.21 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz ogółem: 75.80 g; Węglowodany ogółem: 405.14 g; Kw. tł. nasycone: 35.42 g; Sól: 6.23 g; Sód: 1973.51 mg; Błonnik: 38.68 g; W tym cukry: 139.21 g; WW: 40.42 Por; Potas: 4169.62 mg; Wapń: 702.54 mg; Fosfor: 1302.04 mg; Żelazo: 12.11 mg; Magnez: 389.49 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku 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>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp duszony z majerankiem 300g (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<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 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Melon żółty 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2296.91 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz ogółem: 71.99 g; Węglowodany ogółem: 281.73 g; Kw. tł. nasycone: 32.35 g; Sól: 6.30 g; Sód: 1995.36 mg; Błonnik: 33.86 g; W tym cukry: 42.07 g; WW: 28.08 Por; Potas: 2931.17 mg; Wapń: 605.24 mg; Fosfor: 1147.49 mg; Żelazo: 10.05 mg; Magnez: 285.34 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2729.92 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz ogółem: 74.65 g; Węglowodany ogółem: 379.47 g; Kw. tł. nasycone: 32.03 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1530.27 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 105.70 g; WW: 38.25 Por; Potas: 3744.41 mg; Wapń: 652.45 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Magnez: 351.59 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2546.02 kcal; Białko ogółem: 96.96 g; Tłuszcz ogółem: 74.33 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; Kw. tł. nasycone: 29.88 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1530.27 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 105.70 g; WW: 35.25 Por; Potas: 3744.41 mg; Wapń: 652.45 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Magnez: 351.59 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 60g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.70 kcal; Białko ogółem: 47.72 g; Tłuszcz ogółem: 52.67 g; Węglowodany ogółem: 291.49 g; Kw. tł. nasycone: 16.47 g; Sól: 1.63 g; Sód: 448.50 mg; Błonnik: 27.37 g; W tym cukry: 89.75 g; WW: 29.37 Por; Potas: 2821.82 mg; Wapń: 277.07 mg; Fosfor: 485.99 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 222.67 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata z cukrem 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 z cukrem 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 ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-25		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Cykorია 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ryż na sypko 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona b/mąki 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1884.72 kcal; Białko ogółem: 55.06 g; Tłuszcz ogółem: 56.00 g; Węglowodany ogółem: 296.48 g; Kw. tł. nasycone: 9.41 g; Sól: 2.62 g; Sód: 341.91 mg; Błonnik: 25.00 g; W tym cukry: 88.71 g; WW: 29.87 Por; Potas: 2713.06 mg; Wapń: 243.15 mg; Fosfor: 605.84 mg; Żelazo: 8.93 mg; Magnez: 222.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp duszony z majerankiem 300g (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Banan 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2918.21 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz ogółem: 75.80 g; Węglowodany ogółem: 405.14 g; Kw. tł. nasycone: 35.42 g; Sól: 6.23 g; Sód: 1973.51 mg; Błonnik: 38.68 g; W tym cukry: 139.21 g; WW: 40.42 Por; Potas: 4169.62 mg; Wapń: 702.54 mg; Fosfor: 1302.04 mg; Żelazo: 12.11 mg; Magnez: 389.49 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku 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>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp duszony z majerankiem 300g (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<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 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Melon żółty 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2296.91 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz ogółem: 71.99 g; Węglowodany ogółem: 281.73 g; Kw. tł. nasycone: 32.35 g; Sól: 6.30 g; Sód: 1995.36 mg; Błonnik: 33.86 g; W tym cukry: 42.07 g; WW: 28.08 Por; Potas: 2931.17 mg; Wapń: 605.24 mg; Fosfor: 1147.49 mg; Żelazo: 10.05 mg; Magnez: 285.34 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2729.92 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz ogółem: 74.65 g; Węglowodany ogółem: 379.47 g; Kw. tł. nasycone: 32.03 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1530.27 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 105.70 g; WW: 38.25 Por; Potas: 3744.41 mg; Wapń: 652.45 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Magnez: 351.59 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2546.02 kcal; Białko ogółem: 96.96 g; Tłuszcz ogółem: 74.33 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; Kw. tł. nasycone: 29.88 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1530.27 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 105.70 g; WW: 35.25 Por; Potas: 3744.41 mg; Wapń: 652.45 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Magnez: 351.59 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 60g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.70 kcal; Białko ogółem: 47.72 g; Tłuszcz ogółem: 52.67 g; Węglowodany ogółem: 291.49 g; Kw. tł. nasycone: 16.47 g; Sól: 1.63 g; Sód: 448.50 mg; Błonnik: 27.37 g; W tym cukry: 89.75 g; WW: 29.37 Por; Potas: 2821.82 mg; Wapń: 277.07 mg; Fosfor: 485.99 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 222.67 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2587.77 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 351.80 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.29 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 129.59 g; WW: 35.47 Por; Potas: 4289.15 mg; Wapń: 877.84 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2374.42 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz ogółem: 66.69 g; Węglowodany ogółem: 309.29 g; Kw. tł. nasycone: 31.42 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1533.03 mg; Błonnik: 24.37 g; W tym cukry: 59.61 g; WW: 31.15 Por; Potas: 2803.56 mg; Wapń: 673.10 mg; Fosfor: 1225.97 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 312.01 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2785.46 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz ogółem: 85.36 g; Węglowodany ogółem: 353.15 g; Kw. tł. nasycone: 36.30 g; Sól: 6.53 g; Sód: 1635.03 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 106.51 g; WW: 35.58 Por; Potas: 3851.13 mg; Wapń: 665.69 mg; Fosfor: 1254.94 mg; Żelazo: 13.02 mg; Magnez: 360.47 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2460.68 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz ogółem: 66.47 g; Węglowodany ogółem: 331.13 g; Kw. tł. nasycone: 29.78 g; Sól: 4.69 g; Sód: 1444.69 mg; Błonnik: 20.59 g; W tym cukry: 96.11 g; WW: 33.32 Por; Potas: 3041.11 mg; Wapń: 558.68 mg; Fosfor: 1108.17 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 300.57 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2530.82 kcal; Białko ogółem: 74.69 g; Tłuszcz ogółem: 78.01 g; Węglowodany ogółem: 338.56 g; Kw. tł. nasycone: 29.80 g; Sól: 2.98 g; Sód: 762.51 mg; Błonnik: 25.84 g; W tym cukry: 101.88 g; WW: 34.04 Por; Potas: 3079.21 mg; Wapń: 582.35 mg; Fosfor: 912.34 mg; Żelazo: 9.25 mg; Magnez: 256.94 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2229.83 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz ogółem: 68.14 g; Węglowodany ogółem: 336.94 g; Kw. tł. nasycone: 13.66 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1226.98 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 92.05 g; WW: 34.02 Por; Potas: 3305.26 mg; Wapń: 284.44 mg; Fosfor: 725.13 mg; Żelazo: 11.57 mg; Magnez: 279.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-25		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Cykorია 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ryż na sypko 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Kompót owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona b/mąki 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1884.72 kcal; Białko ogółem: 55.06 g; Tłuszcz ogółem: 56.00 g; Węglowodany ogółem: 296.48 g; Kw. tł. nasycone: 9.41 g; Sól: 2.62 g; Sód: 341.91 mg; Błonnik: 25.00 g; W tym cukry: 88.71 g; WW: 29.87 Por; Potas: 2713.06 mg; Wapń: 243.15 mg; Fosfor: 605.84 mg; Żelazo: 8.93 mg; Magnez: 222.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos z białej i kiszonej kapusty z mięsem wp duszony z majerankiem 300g (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2918.21 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz ogółem: 75.80 g; Węglowodany ogółem: 405.14 g; Kw. tł. nasycone: 35.42 g; Sól: 6.23 g; Sód: 1973.51 mg; Błonnik: 38.68 g; W tym cukry: 139.21 g; WW: 40.42 Por; Potas: 4169.62 mg; Wapń: 702.54 mg; Fosfor: 1302.04 mg; Żelazo: 12.11 mg; Magnez: 389.49 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku 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>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos z białej i kiszonej kapusty z mięsem wp duszony z majerankiem 300g (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<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 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Melon żółty 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2296.91 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz ogółem: 71.99 g; Węglowodany ogółem: 281.73 g; Kw. tł. nasycone: 32.35 g; Sól: 6.30 g; Sód: 1995.36 mg; Błonnik: 33.86 g; W tym cukry: 42.07 g; WW: 28.08 Por; Potas: 2931.17 mg; Wapń: 605.24 mg; Fosfor: 1147.49 mg; Żelazo: 10.05 mg; Magnez: 285.34 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2729.92 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz ogółem: 74.65 g; Węglowodany ogółem: 379.47 g; Kw. tł. nasycone: 32.03 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1530.27 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 105.70 g; WW: 38.25 Por; Potas: 3744.41 mg; Wapń: 652.45 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Magnez: 351.59 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2546.02 kcal; Białko ogółem: 96.96 g; Tłuszcz ogółem: 74.33 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; Kw. tł. nasycone: 29.88 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1530.27 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 105.70 g; WW: 35.25 Por; Potas: 3744.41 mg; Wapń: 652.45 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Magnez: 351.59 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 60g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.70 kcal; Białko ogółem: 47.72 g; Tłuszcz ogółem: 52.67 g; Węglowodany ogółem: 291.49 g; Kw. tł. nasycone: 16.47 g; Sól: 1.63 g; Sód: 448.50 mg; Błonnik: 27.37 g; W tym cukry: 89.75 g; WW: 29.37 Por; Potas: 2821.82 mg; Wapń: 277.07 mg; Fosfor: 485.99 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 222.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata z cukrem 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 z cukrem 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: 2587.77 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 351.80 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.29 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 129.59 g; WW: 35.47 Por; Potas: 4289.15 mg; Wapń: 877.84 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami (papka) 300ml (GLU, MLE, SEL), Kasza kuskus (papka) 200g (GLU), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze (papka) 100g , Szpinak duszony 150g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy (papka) 80g (MLE), Marchewka duszona (papka) 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2374.42 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz ogółem: 66.69 g; Węglowodany ogółem: 309.29 g; Kw. tł. nasycone: 31.42 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1533.03 mg; Błonnik: 24.37 g; W tym cukry: 59.61 g; WW: 31.15 Por; Potas: 2803.56 mg; Wapń: 673.10 mg; Fosfor: 1225.97 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 312.01 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Kasza kuskus 200g (GLU), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 120g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2785.46 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz ogółem: 85.36 g; Węglowodany ogółem: 353.15 g; Kw. tł. nasycone: 36.30 g; Sól: 6.53 g; Sód: 1635.03 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 106.51 g; WW: 35.58 Por; Potas: 3851.13 mg; Wapń: 665.69 mg; Fosfor: 1254.94 mg; Żelazo: 13.02 mg; Magnez: 360.47 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Cykoria 10g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Kasza kuskus 200g (GLU), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 50g , Szpinak duszony 50g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Marchewka duszona 50g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2460.68 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz ogółem: 66.47 g; Węglowodany ogółem: 331.13 g; Kw. tł. nasycone: 29.78 g; Sól: 4.69 g; Sód: 1444.69 mg; Błonnik: 20.59 g; W tym cukry: 96.11 g; WW: 33.32 Por; Potas: 3041.11 mg; Wapń: 558.68 mg; Fosfor: 1108.17 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 300.57 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ryż na sypko 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Marchewka duszona b/mąki 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2530.82 kcal; Białko ogółem: 74.69 g; Tłuszcz ogółem: 78.01 g; Węglowodany ogółem: 338.56 g; Kw. tł. nasycone: 29.80 g; Sól: 2.98 g; Sód: 762.51 mg; Błonnik: 25.84 g; W tym cukry: 101.88 g; WW: 34.04 Por; Potas: 3079.21 mg; Wapń: 582.35 mg; Fosfor: 912.34 mg; Żelazo: 9.25 mg; Magnez: 256.94 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/ml 300ml (GLU, SEL), Kasza kuskus 200g (GLU), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona 100g (GLU),
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Ogórek świeży b/s 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2229.83 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz ogółem: 68.14 g; Węglowodany ogółem: 336.94 g; Kw. tł. nasycone: 13.66 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1226.98 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 92.05 g; WW: 34.02 Por; Potas: 3305.26 mg; Wapń: 284.44 mg; Fosfor: 725.13 mg; Żelazo: 11.57 mg; Magnez: 279.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-25		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Cykorja 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ryż na sypko 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona b/mąki 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1884.72 kcal; Białko ogółem: 55.06 g; Tłuszcz ogółem: 56.00 g; Węglowodany ogółem: 296.48 g; Kw. tł. nasycone: 9.41 g; Sól: 2.62 g; Sód: 341.91 mg; Błonnik: 25.00 g; W tym cukry: 88.71 g; WW: 29.87 Por; Potas: 2713.06 mg; Wapń: 243.15 mg; Fosfor: 605.84 mg; Żelazo: 8.93 mg; Magnez: 222.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos z białej i kiszonej kapusty z mięsem wp duszony z majerankiem 300g (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Banan 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2918.21 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz ogółem: 75.80 g; Węglowodany ogółem: 405.14 g; Kw. tł. nasycone: 35.42 g; Sól: 6.23 g; Sód: 1973.51 mg; Błonnik: 38.68 g; W tym cukry: 139.21 g; WW: 40.42 Por; Potas: 4169.62 mg; Wapń: 702.54 mg; Fosfor: 1302.04 mg; Żelazo: 12.11 mg; Magnez: 389.49 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku 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>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos z białej i kiszonej kapusty z mięsem wp duszony z majerankiem 300g (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<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 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Melon żółty 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2296.91 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz ogółem: 71.99 g; Węglowodany ogółem: 281.73 g; Kw. tł. nasycone: 32.35 g; Sól: 6.30 g; Sód: 1995.36 mg; Błonnik: 33.86 g; W tym cukry: 42.07 g; WW: 28.08 Por; Potas: 2931.17 mg; Wapń: 605.24 mg; Fosfor: 1147.49 mg; Żelazo: 10.05 mg; Magnez: 285.34 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2729.92 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz ogółem: 74.65 g; Węglowodany ogółem: 379.47 g; Kw. tł. nasycone: 32.03 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1530.27 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 105.70 g; WW: 38.25 Por; Potas: 3744.41 mg; Wapń: 652.45 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Magnez: 351.59 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2546.02 kcal; Białko ogółem: 96.96 g; Tłuszcz ogółem: 74.33 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; Kw. tł. nasycone: 29.88 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1530.27 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 105.70 g; WW: 35.25 Por; Potas: 3744.41 mg; Wapń: 652.45 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Magnez: 351.59 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 60g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.70 kcal; Białko ogółem: 47.72 g; Tłuszcz ogółem: 52.67 g; Węglowodany ogółem: 291.49 g; Kw. tł. nasycone: 16.47 g; Sól: 1.63 g; Sód: 448.50 mg; Błonnik: 27.37 g; W tym cukry: 89.75 g; WW: 29.37 Por; Potas: 2821.82 mg; Wapń: 277.07 mg; Fosfor: 485.99 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 222.67 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2587.77 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 351.80 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.29 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 129.59 g; WW: 35.47 Por; Potas: 4289.15 mg; Wapń: 877.84 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2374.42 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz ogółem: 66.69 g; Węglowodany ogółem: 309.29 g; Kw. tł. nasycone: 31.42 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1533.03 mg; Błonnik: 24.37 g; W tym cukry: 59.61 g; WW: 31.15 Por; Potas: 2803.56 mg; Wapń: 673.10 mg; Fosfor: 1225.97 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 312.01 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2785.46 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz ogółem: 85.36 g; Węglowodany ogółem: 353.15 g; Kw. tł. nasycone: 36.30 g; Sól: 6.53 g; Sód: 1635.03 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 106.51 g; WW: 35.58 Por; Potas: 3851.13 mg; Wapń: 665.69 mg; Fosfor: 1254.94 mg; Żelazo: 13.02 mg; Magnez: 360.47 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2460.68 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz ogółem: 66.47 g; Węglowodany ogółem: 331.13 g; Kw. tł. nasycone: 29.78 g; Sól: 4.69 g; Sód: 1444.69 mg; Błonnik: 20.59 g; W tym cukry: 96.11 g; WW: 33.32 Por; Potas: 3041.11 mg; Wapń: 558.68 mg; Fosfor: 1108.17 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 300.57 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2530.82 kcal; Białko ogółem: 74.69 g; Tłuszcz ogółem: 78.01 g; Węglowodany ogółem: 338.56 g; Kw. tł. nasycone: 29.80 g; Sól: 2.98 g; Sód: 762.51 mg; Błonnik: 25.84 g; W tym cukry: 101.88 g; WW: 34.04 Por; Potas: 3079.21 mg; Wapń: 582.35 mg; Fosfor: 912.34 mg; Żelazo: 9.25 mg; Magnez: 256.94 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2229.83 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz ogółem: 68.14 g; Węglowodany ogółem: 336.94 g; Kw. tł. nasycone: 13.66 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1226.98 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 92.05 g; WW: 34.02 Por; Potas: 3305.26 mg; Wapń: 284.44 mg; Fosfor: 725.13 mg; Żelazo: 11.57 mg; Magnez: 279.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 90g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos z białej i kiszonej kapusty z cieciorą 300g (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2400.63 kcal; Białko ogółem: 72.94 g; Tłuszcz ogółem: 70.61 g; Węglowodany ogółem: 329.69 g; Kw. tł. nasycone: 35.01 g; Sól: 5.40 g; Sód: 2000.89 mg; Błonnik: 35.02 g; W tym cukry: 78.80 g; WW: 32.79 Por; Potas: 2923.18 mg; Wapń: 995.00 mg; Fosfor: 1247.37 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 292.13 mg;

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2655.37 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz ogółem: 74.70 g; Węglowodany ogółem: 360.91 g; Kw. tł. nasycone: 32.04 g; Sól: 4.92 g; Sód: 1538.97 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 106.30 g; WW: 36.37 Por; Potas: 3783.56 mg; Wapń: 657.25 mg; Fosfor: 1177.04 mg; Żelazo: 12.87 mg; Magnez: 353.99 mg;

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata z cukrem 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: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2031.77 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 322.76 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.99 g; Sód: 386.52 mg; Błonnik: 18.65 g; W tym cukry: 117.53 g; WW: 32.56 Por; Potas: 3661.82 mg; Wapń: 158.08 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2655.37 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz ogółem: 74.70 g; Węglowodany ogółem: 360.91 g; Kw. tł. nasycone: 32.04 g; Sól: 4.92 g; Sód: 1538.97 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 106.30 g; WW: 36.37 Por; Potas: 3783.56 mg; Wapń: 657.25 mg; Fosfor: 1177.04 mg; Żelazo: 12.87 mg; Magnez: 353.99 mg;

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2576.02 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz ogółem: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 359.64 g; Kw. tł. nasycone: 31.48 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1530.27 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 105.70 g; WW: 36.25 Por; Potas: 3744.41 mg; Wapń: 652.45 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Magnez: 351.59 mg;

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Sałatka 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>), Serek kanapkowy 80g (<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 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Melon żółty 150g , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.77 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; Tłuszcz ogółem: 68.46 g; Węglowodany ogółem: 277.09 g; Kw. tł. nasycone: 29.87 g; Sól: 6.07 g; Sód: 1712.99 mg; Błonnik: 31.62 g; W tym cukry: 43.48 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3151.30 mg; Wapń: 625.68 mg; Fosfor: 1240.51 mg; Żelazo: 13.65 mg; Magnez: 342.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-25		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Cykorია 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ryż na sypko 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Kompót owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona b/mąki 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1884.72 kcal; Białko ogółem: 55.06 g; Tłuszcz ogółem: 56.00 g; Węglowodany ogółem: 296.48 g; Kw. tł. nasycone: 9.41 g; Sól: 2.62 g; Sód: 341.91 mg; Błonnik: 25.00 g; W tym cukry: 88.71 g; WW: 29.87 Por; Potas: 2713.06 mg; Wapń: 243.15 mg; Fosfor: 605.84 mg; Żelazo: 8.93 mg; Magnez: 222.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp duszony z majerankiem 300g (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2918.21 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz ogółem: 75.80 g; Węglowodany ogółem: 405.14 g; Kw. tł. nasycone: 35.42 g; Sól: 6.23 g; Sód: 1973.51 mg; Błonnik: 38.68 g; W tym cukry: 139.21 g; WW: 40.42 Por; Potas: 4169.62 mg; Wapń: 702.54 mg; Fosfor: 1302.04 mg; Żelazo: 12.11 mg; Magnez: 389.49 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku 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>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp duszony z majerankiem 300g (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<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 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Melon żółty 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2296.91 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz ogółem: 71.99 g; Węglowodany ogółem: 281.73 g; Kw. tł. nasycone: 32.35 g; Sól: 6.30 g; Sód: 1995.36 mg; Błonnik: 33.86 g; W tym cukry: 42.07 g; WW: 28.08 Por; Potas: 2931.17 mg; Wapń: 605.24 mg; Fosfor: 1147.49 mg; Żelazo: 10.05 mg; Magnez: 285.34 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2729.92 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz ogółem: 74.65 g; Węglowodany ogółem: 379.47 g; Kw. tł. nasycone: 32.03 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1530.27 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 105.70 g; WW: 38.25 Por; Potas: 3744.41 mg; Wapń: 652.45 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Magnez: 351.59 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2546.02 kcal; Białko ogółem: 96.96 g; Tłuszcz ogółem: 74.33 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; Kw. tł. nasycone: 29.88 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1530.27 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 105.70 g; WW: 35.25 Por; Potas: 3744.41 mg; Wapń: 652.45 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Magnez: 351.59 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 60g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.70 kcal; Białko ogółem: 47.72 g; Tłuszcz ogółem: 52.67 g; Węglowodany ogółem: 291.49 g; Kw. tł. nasycone: 16.47 g; Sól: 1.63 g; Sód: 448.50 mg; Błonnik: 27.37 g; W tym cukry: 89.75 g; WW: 29.37 Por; Potas: 2821.82 mg; Wapń: 277.07 mg; Fosfor: 485.99 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 222.67 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2587.77 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 351.80 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.29 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 129.59 g; WW: 35.47 Por; Potas: 4289.15 mg; Wapń: 877.84 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2374.42 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz ogółem: 66.69 g; Węglowodany ogółem: 309.29 g; Kw. tł. nasycone: 31.42 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1533.03 mg; Błonnik: 24.37 g; W tym cukry: 59.61 g; WW: 31.15 Por; Potas: 2803.56 mg; Wapń: 673.10 mg; Fosfor: 1225.97 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 312.01 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2785.46 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz ogółem: 85.36 g; Węglowodany ogółem: 353.15 g; Kw. tł. nasycone: 36.30 g; Sól: 6.53 g; Sód: 1635.03 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 106.51 g; WW: 35.58 Por; Potas: 3851.13 mg; Wapń: 665.69 mg; Fosfor: 1254.94 mg; Żelazo: 13.02 mg; Magnez: 360.47 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2460.68 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz ogółem: 66.47 g; Węglowodany ogółem: 331.13 g; Kw. tł. nasycone: 29.78 g; Sól: 4.69 g; Sód: 1444.69 mg; Błonnik: 20.59 g; W tym cukry: 96.11 g; WW: 33.32 Por; Potas: 3041.11 mg; Wapń: 558.68 mg; Fosfor: 1108.17 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 300.57 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2530.82 kcal; Białko ogółem: 74.69 g; Tłuszcz ogółem: 78.01 g; Węglowodany ogółem: 338.56 g; Kw. tł. nasycone: 29.80 g; Sól: 2.98 g; Sód: 762.51 mg; Błonnik: 25.84 g; W tym cukry: 101.88 g; WW: 34.04 Por; Potas: 3079.21 mg; Wapń: 582.35 mg; Fosfor: 912.34 mg; Żelazo: 9.25 mg; Magnez: 256.94 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2229.83 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz ogółem: 68.14 g; Węglowodany ogółem: 336.94 g; Kw. tł. nasycone: 13.66 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1226.98 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 92.05 g; WW: 34.02 Por; Potas: 3305.26 mg; Wapń: 284.44 mg; Fosfor: 725.13 mg; Żelazo: 11.57 mg; Magnez: 279.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-25		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Cykorja 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ryż na sypko 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona b/mąki 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1884.72 kcal; Białko ogółem: 55.06 g; Tłuszcz ogółem: 56.00 g; Węglowodany ogółem: 296.48 g; Kw. tł. nasycone: 9.41 g; Sól: 2.62 g; Sód: 341.91 mg; Błonnik: 25.00 g; W tym cukry: 88.71 g; WW: 29.87 Por; Potas: 2713.06 mg; Wapń: 243.15 mg; Fosfor: 605.84 mg; Żelazo: 8.93 mg; Magnez: 222.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos z białej i kiszonej kapusty z mięsem wp duszony z majerankiem 300g (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Banan 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2918.21 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz ogółem: 75.80 g; Węglowodany ogółem: 405.14 g; Kw. tł. nasycone: 35.42 g; Sól: 6.23 g; Sód: 1973.51 mg; Błonnik: 38.68 g; W tym cukry: 139.21 g; WW: 40.42 Por; Potas: 4169.62 mg; Wapń: 702.54 mg; Fosfor: 1302.04 mg; Żelazo: 12.11 mg; Magnez: 389.49 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku 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>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos z białej i kiszonej kapusty z mięsem wp duszony z majerankiem 300g (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<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 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Melon żółty 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2296.91 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz ogółem: 71.99 g; Węglowodany ogółem: 281.73 g; Kw. tł. nasycone: 32.35 g; Sól: 6.30 g; Sód: 1995.36 mg; Błonnik: 33.86 g; W tym cukry: 42.07 g; WW: 28.08 Por; Potas: 2931.17 mg; Wapń: 605.24 mg; Fosfor: 1147.49 mg; Żelazo: 10.05 mg; Magnez: 285.34 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2729.92 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz ogółem: 74.65 g; Węglowodany ogółem: 379.47 g; Kw. tł. nasycone: 32.03 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1530.27 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 105.70 g; WW: 38.25 Por; Potas: 3744.41 mg; Wapń: 652.45 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Magnez: 351.59 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2546.02 kcal; Białko ogółem: 96.96 g; Tłuszcz ogółem: 74.33 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; Kw. tł. nasycone: 29.88 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1530.27 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 105.70 g; WW: 35.25 Por; Potas: 3744.41 mg; Wapń: 652.45 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Magnez: 351.59 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 60g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.70 kcal; Białko ogółem: 47.72 g; Tłuszcz ogółem: 52.67 g; Węglowodany ogółem: 291.49 g; Kw. tł. nasycone: 16.47 g; Sól: 1.63 g; Sód: 448.50 mg; Błonnik: 27.37 g; W tym cukry: 89.75 g; WW: 29.37 Por; Potas: 2821.82 mg; Wapń: 277.07 mg; Fosfor: 485.99 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 222.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata z cukrem 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 z cukrem 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: 2587.77 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 351.80 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.29 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 129.59 g; WW: 35.47 Por; Potas: 4289.15 mg; Wapń: 877.84 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami (papka) 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus (papka) 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze (papka) 100g , Szpinak duszony 150g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy (papka) 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2374.42 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz ogółem: 66.69 g; Węglowodany ogółem: 309.29 g; Kw. tł. nasycone: 31.42 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1533.03 mg; Błonnik: 24.37 g; W tym cukry: 59.61 g; WW: 31.15 Por; Potas: 2803.56 mg; Wapń: 673.10 mg; Fosfor: 1225.97 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 312.01 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykorია 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 120g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 100g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2785.46 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz ogółem: 85.36 g; Węglowodany ogółem: 353.15 g; Kw. tł. nasycone: 36.30 g; Sól: 6.53 g; Sód: 1635.03 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 106.51 g; WW: 35.58 Por; Potas: 3851.13 mg; Wapń: 665.69 mg; Fosfor: 1254.94 mg; Żelazo: 13.02 mg; Magnez: 360.47 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykorია 10g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 50g , Szpinak duszony 50g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 50g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2460.68 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz ogółem: 66.47 g; Węglowodany ogółem: 331.13 g; Kw. tł. nasycone: 29.78 g; Sól: 4.69 g; Sód: 1444.69 mg; Błonnik: 20.59 g; W tym cukry: 96.11 g; WW: 33.32 Por; Potas: 3041.11 mg; Wapń: 558.68 mg; Fosfor: 1108.17 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 300.57 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykorია 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2530.82 kcal; Białko ogółem: 74.69 g; Tłuszcz ogółem: 78.01 g; Węglowodany ogółem: 338.56 g; Kw. tł. nasycone: 29.80 g; Sól: 2.98 g; Sód: 762.51 mg; Błonnik: 25.84 g; W tym cukry: 101.88 g; WW: 34.04 Por; Potas: 3079.21 mg; Wapń: 582.35 mg; Fosfor: 912.34 mg; Żelazo: 9.25 mg; Magnez: 256.94 mg;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Cykorია 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/ml 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>),
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek świeży b/s 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2229.83 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz ogółem: 68.14 g; Węglowodany ogółem: 336.94 g; Kw. tł. nasycone: 13.66 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1226.98 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 92.05 g; WW: 34.02 Por; Potas: 3305.26 mg; Wapń: 284.44 mg; Fosfor: 725.13 mg; Żelazo: 11.57 mg; Magnez: 279.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos z białej i kiszonej kapusty z cieciorą 300g (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2400.63 kcal; Białko ogółem: 72.94 g; Tłuszcz ogółem: 70.61 g; Węglowodany ogółem: 329.69 g; Kw. tł. nasycone: 35.01 g; Sól: 5.40 g; Sód: 2000.89 mg; Błonnik: 35.02 g; W tym cukry: 78.80 g; WW: 32.79 Por; Potas: 2923.18 mg; Wapń: 995.00 mg; Fosfor: 1247.37 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 292.13 mg;

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2655.37 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz ogółem: 74.70 g; Węglowodany ogółem: 360.91 g; Kw. tł. nasycone: 32.04 g; Sól: 4.92 g; Sód: 1538.97 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 106.30 g; WW: 36.37 Por; Potas: 3783.56 mg; Wapń: 657.25 mg; Fosfor: 1177.04 mg; Żelazo: 12.87 mg; Magnez: 353.99 mg;

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata z cukrem 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 z cukrem 250ml ,	
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2031.77 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 322.76 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.99 g; Sód: 386.52 mg; Błonnik: 18.65 g; W tym cukry: 117.53 g; WW: 32.56 Por; Potas: 3661.82 mg; Wapń: 158.08 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2655.37 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz ogółem: 74.70 g; Węglowodany ogółem: 360.91 g; Kw. tł. nasycone: 32.04 g; Sól: 4.92 g; Sód: 1538.97 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 106.30 g; WW: 36.37 Por; Potas: 3783.56 mg; Wapń: 657.25 mg; Fosfor: 1177.04 mg; Żelazo: 12.87 mg; Magnez: 353.99 mg;

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2576.02 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz ogółem: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 359.64 g; Kw. tł. nasycone: 31.48 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1530.27 mg; Błonnik: 25.99 g; W tym cukry: 105.70 g; WW: 36.25 Por; Potas: 3744.41 mg; Wapń: 652.45 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Żelazo: 12.78 mg; Magnez: 351.59 mg;

wtorek 2025-02-25			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku 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>), Cykoria 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Szpinak duszony 100g (<i>GLU</i>), Sałatka 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>), Serek kanapkowy 80g (<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 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Melon żółty 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.77 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; Tłuszcz ogółem: 68.46 g; Węglowodany ogółem: 277.09 g; Kw. tł. nasycone: 29.87 g; Sól: 6.07 g; Sód: 1712.99 mg; Błonnik: 31.62 g; W tym cukry: 43.48 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3151.30 mg; Wapń: 625.68 mg; Fosfor: 1240.51 mg; Żelazo: 13.65 mg; Magnez: 342.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-02-25		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Cykorja 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Ryż na sypko 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Szpinak duszony b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona b/mąki 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1884.72 kcal; Białko ogółem: 55.06 g; Tłuszcz ogółem: 56.00 g; Węglowodany ogółem: 296.48 g; Kw. tł. nasycone: 9.41 g; Sól: 2.62 g; Sód: 341.91 mg; Błonnik: 25.00 g; W tym cukry: 88.71 g; WW: 29.87 Por; Potas: 2713.06 mg; Wapń: 243.15 mg; Fosfor: 605.84 mg; Żelazo: 8.93 mg; Magnez: 222.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny		
	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Bigos z białej i kiszonej kapusty z mięsem wp duszony z majerankiem 500g (<i>GLU</i>), Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1751.54 kcal; Białko ogółem: 69.42 g; Tłuszcz ogółem: 71.97 g; Węglowodany ogółem: 209.25 g; Kw. tł.
nasycone: 19.27 g; Sól: 1.50 g; Sód: 600.08 mg; Błonnik: 19.27 g; W tym cukry: 12.21 g; WW: 20.84 Por; Potas: 2024.02 mg; Wapń: 239.45
mg; Fosfor: 482.34 mg; Żelazo: 4.71 mg; Magnez: 107.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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 soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej, z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 200g , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.49 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz ogółem: 36.44 g; Węglowodany ogółem: 392.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.31 g; Sól: 3.74 g; Sód: 1320.77 mg; Błonnik: 44.35 g; W tym cukry: 127.69 g; WW: 39.35 Por; Potas: 3982.93 mg; Wapń: 647.44 mg; Fosfor: 1185.78 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 320.01 mg;

środa 2025-02-26 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 owocowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MCK</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia 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>), Pasta z soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 200g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1963.44 kcal; Białko ogółem: 73.67 g; Tłuszcz ogółem: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 301.35 g; Kw. tł. nasycone: 8.87 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1354.72 mg; Błonnik: 44.17 g; W tym cukry: 63.72 g; WW: 30.27 Por; Potas: 4005.05 mg; Wapń: 653.15 mg; Fosfor: 1271.18 mg; Żelazo: 11.74 mg; Magnez: 348.71 mg;

środa 2025-02-26 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 , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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: 2105.78 kcal; Białko ogółem: 73.07 g; Tłuszcz ogółem: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 354.23 g; Kw. tł. nasycone: 9.53 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1049.40 mg; Błonnik: 24.13 g; W tym cukry: 96.27 g; WW: 35.77 Por; Potas: 2837.03 mg; Wapń: 494.26 mg; Fosfor: 796.86 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 190.58 mg;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 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 , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.50 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz ogółem: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 335.69 g; Kw. tł. nasycone: 7.35 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1049.40 mg; Błonnik: 24.13 g; W tym cukry: 96.27 g; WW: 33.87 Por; Potas: 2837.03 mg; Wapń: 494.26 mg; Fosfor: 796.86 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 190.58 mg;

środa 2025-02-26 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>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 20g (<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: 1782.71 kcal; Białko ogółem: 43.83 g; Tłuszcz ogółem: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 290.66 g; Kw. tł. nasycone: 6.56 g; Sól: 0.67 g; Sód: 199.05 mg; Błonnik: 25.94 g; W tym cukry: 72.32 g; WW: 29.28 Por; Potas: 2357.49 mg; Wapń: 176.49 mg; Fosfor: 444.41 mg; Żelazo: 4.93 mg; Magnez: 131.08 mg;

środa 2025-02-26 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 z cukrem 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: 2200.82 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 335.95 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 497.06 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 117.98 g; WW: 33.89 Por; Potas: 4097.35 mg; Wapń: 692.41 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-26Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 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>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa owocowa z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami (papka) 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.41 kcal; Białko ogółem: 74.18 g; Tłuszcz ogółem: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 351.52 g; Kw. tł. nasycone: 9.65 g; Sól: 2.99 g; Sód: 1119.30 mg; Błonnik: 28.96 g; W tym cukry: 99.88 g; WW: 35.50 Por; Potas: 3350.57 mg; Wapń: 549.73 mg; Fosfor: 936.24 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 225.21 mg;

środa 2025-02-26Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 70g (<i>RYB</i>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.09 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz ogółem: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 338.71 g; Kw. tł. nasycone: 9.39 g; Sól: 3.89 g; Sód: 1091.98 mg; Błonnik: 25.19 g; W tym cukry: 99.98 g; WW: 34.18 Por; Potas: 3046.85 mg; Wapń: 563.48 mg; Fosfor: 949.78 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 203.85 mg;

środa 2025-02-26Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Rukola 10g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</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 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.30 kcal; Białko ogółem: 70.38 g; Tłuszcz ogółem: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; Kw. tł. nasycone: 7.61 g; Sól: 2.82 g; Sód: 1046.47 mg; Błonnik: 22.44 g; W tym cukry: 95.55 g; WW: 33.22 Por; Potas: 2770.24 mg; Wapń: 479.86 mg; Fosfor: 783.97 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 185.38 mg;

środa 2025-02-26Jadłospis 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>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem b/glu 300ml , Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.89 kcal; Białko ogółem: 44.03 g; Tłuszcz ogółem: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 300.77 g; Kw. tł. nasycone: 5.11 g; Sól: 0.65 g; Sód: 193.51 mg; Błonnik: 25.14 g; W tym cukry: 91.59 g; WW: 30.27 Por; Potas: 2482.83 mg; Wapń: 197.82 mg; Fosfor: 464.15 mg; Żelazo: 5.31 mg; Magnez: 137.35 mg;

środa 2025-02-26Jadłospis 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>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.41 kcal; Białko ogółem: 66.38 g; Tłuszcz ogółem: 49.68 g; Węglowodany ogółem: 339.83 g; Kw. tł. nasycone: 10.16 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1087.73 mg; Błonnik: 26.11 g; W tym cukry: 101.15 g; WW: 34.25 Por; Potas: 2933.81 mg; Wapń: 225.33 mg; Fosfor: 636.67 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 181.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-26		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), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem b/glu 300ml , Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1698.27 kcal; Białko ogółem: 37.07 g; Tłuszcz ogółem: 41.59 g; Węglowodany ogółem: 297.04 g; Kw. tł. nasycone: 7.36 g; Sól: 1.48 g; Sód: 193.51 mg; Błonnik: 25.14 g; W tym cukry: 91.64 g; WW: 29.93 Por; Potas: 2482.83 mg; Wapń: 197.82 mg; Fosfor: 464.15 mg; Żelazo: 5.31 mg; Magnez: 137.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej, z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 200g , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.49 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz ogółem: 36.44 g; Węglowodany ogółem: 392.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.31 g; Sól: 3.74 g; Sód: 1320.77 mg; Błonnik: 44.35 g; W tym cukry: 127.69 g; WW: 39.35 Por; Potas: 3982.93 mg; Wapń: 647.44 mg; Fosfor: 1185.78 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 320.01 mg;

środa 2025-02-26 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 z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa owocowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU, MCK</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia 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>), Pasta z soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 200g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1963.44 kcal; Białko ogółem: 73.67 g; Tłuszcz ogółem: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 301.35 g; Kw. tł. nasycone: 8.87 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1354.72 mg; Błonnik: 44.17 g; W tym cukry: 63.72 g; WW: 30.27 Por; Potas: 4005.05 mg; Wapń: 653.15 mg; Fosfor: 1271.18 mg; Żelazo: 11.74 mg; Magnez: 348.71 mg;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.78 kcal; Białko ogółem: 73.07 g; Tłuszcz ogółem: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 354.23 g; Kw. tł. nasycone: 9.53 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1049.40 mg; Błonnik: 24.13 g; W tym cukry: 96.27 g; WW: 35.77 Por; Potas: 2837.03 mg; Wapń: 494.26 mg; Fosfor: 796.86 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 190.58 mg;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 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 , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.50 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz ogółem: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 335.69 g; Kw. tł. nasycone: 7.35 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1049.40 mg; Błonnik: 24.13 g; W tym cukry: 96.27 g; WW: 33.87 Por; Potas: 2837.03 mg; Wapń: 494.26 mg; Fosfor: 796.86 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 190.58 mg;

środa 2025-02-26 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>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1782.71 kcal; Białko ogółem: 43.83 g; Tłuszcz ogółem: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 290.66 g; Kw. tł. nasycone: 6.56 g; Sól: 0.67 g; Sód: 199.05 mg; Błonnik: 25.94 g; W tym cukry: 72.32 g; WW: 29.28 Por; Potas: 2357.49 mg; Wapń: 176.49 mg; Fosfor: 444.41 mg; Żelazo: 4.93 mg; Magnez: 131.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-26			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 z cukrem 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: 2200.82 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 335.95 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 497.06 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 117.98 g; WW: 33.89 Por; Potas: 4097.35 mg; Wapń: 692.41 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pasta warzywna 100g ,		Zupa owocowa z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami (papka) 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.41 kcal; Białko ogółem: 74.18 g; Tłuszcz ogółem: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 351.52 g; Kw. tł. nasycone: 9.65 g; Sól: 2.99 g; Sód: 1119.30 mg; Błonnik: 28.96 g; W tym cukry: 99.88 g; WW: 35.50 Por; Potas: 3350.57 mg; Wapń: 549.73 mg; Fosfor: 936.24 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 225.21 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
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>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 70g (<i>RYB</i>), Rukola 20g ,		Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.09 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz ogółem: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 338.71 g; Kw. tł. nasycone: 9.39 g; Sól: 3.89 g; Sód: 1091.98 mg; Błonnik: 25.19 g; W tym cukry: 99.98 g; WW: 34.18 Por; Potas: 3046.85 mg; Wapń: 563.48 mg; Fosfor: 949.78 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 203.85 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Rukola 10g ,		Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.30 kcal; Białko ogółem: 70.38 g; Tłuszcz ogółem: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; Kw. tł. nasycone: 7.61 g; Sól: 2.82 g; Sód: 1046.47 mg; Błonnik: 22.44 g; W tym cukry: 95.55 g; WW: 33.22 Por; Potas: 2770.24 mg; Wapń: 479.86 mg; Fosfor: 783.97 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 185.38 mg;

środa 2025-02-26			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>), Rukola 20g ,		Zupa owocowa z makaronem b/glu 300ml , Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 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 , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.89 kcal; Białko ogółem: 44.03 g; Tłuszcz ogółem: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 300.77 g; Kw. tł. nasycone: 5.11 g; Sól: 0.65 g; Sód: 193.51 mg; Błonnik: 25.14 g; W tym cukry: 91.59 g; WW: 30.27 Por; Potas: 2482.83 mg; Wapń: 197.82 mg; Fosfor: 464.15 mg; Żelazo: 5.31 mg; Magnez: 137.35 mg;

środa 2025-02-26			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>), Rukola 20g ,		Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g , Herbata z cukrem 250ml ,		Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.41 kcal; Białko ogółem: 66.38 g; Tłuszcz ogółem: 49.68 g; Węglowodany ogółem: 339.83 g; Kw. tł. nasycone: 10.16 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1087.73 mg; Błonnik: 26.11 g; W tym cukry: 101.15 g; WW: 34.25 Por; Potas: 2933.81 mg; Wapń: 225.33 mg; Fosfor: 636.67 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 181.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-26		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), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem b/glu 300ml , Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1698.27 kcal; Białko ogółem: 37.07 g; Tłuszcz ogółem: 41.59 g; Węglowodany ogółem: 297.04 g; Kw. tł. nasycone: 7.36 g; Sól: 1.48 g; Sód: 193.51 mg; Błonnik: 25.14 g; W tym cukry: 91.64 g; WW: 29.93 Por; Potas: 2482.83 mg; Wapń: 197.82 mg; Fosfor: 464.15 mg; Żelazo: 5.31 mg; Magnez: 137.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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 soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej, z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 200g , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.49 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz ogółem: 36.44 g; Węglowodany ogółem: 392.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.31 g; Sól: 3.74 g; Sód: 1320.77 mg; Błonnik: 44.35 g; W tym cukry: 127.69 g; WW: 39.35 Por; Potas: 3982.93 mg; Wapń: 647.44 mg; Fosfor: 1185.78 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 320.01 mg;

środa 2025-02-26 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 owocowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MCK</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia 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>), Pasta z soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 200g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1963.44 kcal; Białko ogółem: 73.67 g; Tłuszcz ogółem: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 301.35 g; Kw. tł. nasycone: 8.87 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1354.72 mg; Błonnik: 44.17 g; W tym cukry: 63.72 g; WW: 30.27 Por; Potas: 4005.05 mg; Wapń: 653.15 mg; Fosfor: 1271.18 mg; Żelazo: 11.74 mg; Magnez: 348.71 mg;

środa 2025-02-26 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 , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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: 2105.78 kcal; Białko ogółem: 73.07 g; Tłuszcz ogółem: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 354.23 g; Kw. tł. nasycone: 9.53 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1049.40 mg; Błonnik: 24.13 g; W tym cukry: 96.27 g; WW: 35.77 Por; Potas: 2837.03 mg; Wapń: 494.26 mg; Fosfor: 796.86 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 190.58 mg;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 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 , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.50 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz ogółem: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 335.69 g; Kw. tł. nasycone: 7.35 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1049.40 mg; Błonnik: 24.13 g; W tym cukry: 96.27 g; WW: 33.87 Por; Potas: 2837.03 mg; Wapń: 494.26 mg; Fosfor: 796.86 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 190.58 mg;

środa 2025-02-26 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>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 20g (<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: 1782.71 kcal; Białko ogółem: 43.83 g; Tłuszcz ogółem: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 290.66 g; Kw. tł. nasycone: 6.56 g; Sól: 0.67 g; Sód: 199.05 mg; Błonnik: 25.94 g; W tym cukry: 72.32 g; WW: 29.28 Por; Potas: 2357.49 mg; Wapń: 176.49 mg; Fosfor: 444.41 mg; Żelazo: 4.93 mg; Magnez: 131.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-26			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 z cukrem 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: 2200.82 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 335.95 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 497.06 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 117.98 g; WW: 33.89 Por; Potas: 4097.35 mg; Wapń: 692.41 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pasta warzywna 100g ,			Zupa owocowa z makaronem (papka) 300ml (GLU , JAJ), Ziemniaki (papka) 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami (papka) 200g (SEL), Dynia duszona (papka) 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
					Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.41 kcal; Białko ogółem: 74.18 g; Tłuszcz ogółem: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 351.52 g; Kw. tł. nasycone: 9.65 g; Sól: 2.99 g; Sód: 1119.30 mg; Błonnik: 28.96 g; W tym cukry: 99.88 g; WW: 35.50 Por; Potas: 3350.57 mg; Wapń: 549.73 mg; Fosfor: 936.24 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 225.21 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (SOJ , MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 70g (RYB), Rukola 20g ,			Zupa owocowa z makaronem 300ml (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 40g (SOJ , MLE , SEL), Twaróg 60g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.09 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz ogółem: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 338.71 g; Kw. tł. nasycone: 9.39 g; Sól: 3.89 g; Sód: 1091.98 mg; Błonnik: 25.19 g; W tym cukry: 99.98 g; WW: 34.18 Por; Potas: 3046.85 mg; Wapń: 563.48 mg; Fosfor: 949.78 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 203.85 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Rukola 10g ,			Zupa owocowa z makaronem 300ml (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 40g (SOJ , MLE , SEL), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.30 kcal; Białko ogółem: 70.38 g; Tłuszcz ogółem: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; Kw. tł. nasycone: 7.61 g; Sól: 2.82 g; Sód: 1046.47 mg; Błonnik: 22.44 g; W tym cukry: 95.55 g; WW: 33.22 Por; Potas: 2770.24 mg; Wapń: 479.86 mg; Fosfor: 783.97 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 185.38 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Rukola 20g ,			Zupa owocowa z makaronem b/glu 300ml , Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 40g (SOJ , MLE , SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.89 kcal; Białko ogółem: 44.03 g; Tłuszcz ogółem: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 300.77 g; Kw. tł. nasycone: 5.11 g; Sól: 0.65 g; Sód: 193.51 mg; Błonnik: 25.14 g; W tym cukry: 91.59 g; WW: 30.27 Por; Potas: 2482.83 mg; Wapń: 197.82 mg; Fosfor: 464.15 mg; Żelazo: 5.31 mg; Magnez: 137.35 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Rukola 20g ,			Zupa owocowa z makaronem 300ml (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g , Herbata z cukrem 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.41 kcal; Białko ogółem: 66.38 g; Tłuszcz ogółem: 49.68 g; Węglowodany ogółem: 339.83 g; Kw. tł. nasycone: 10.16 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1087.73 mg; Błonnik: 26.11 g; W tym cukry: 101.15 g; WW: 34.25 Por; Potas: 2933.81 mg; Wapń: 225.33 mg; Fosfor: 636.67 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 181.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-26		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), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem b/glu 300ml , Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1698.27 kcal; Białko ogółem: 37.07 g; Tłuszcz ogółem: 41.59 g; Węglowodany ogółem: 297.04 g; Kw. tł. nasycone: 7.36 g; Sól: 1.48 g; Sód: 193.51 mg; Błonnik: 25.14 g; W tym cukry: 91.64 g; WW: 29.93 Por; Potas: 2482.83 mg; Wapń: 197.82 mg; Fosfor: 464.15 mg; Żelazo: 5.31 mg; Magnez: 137.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej, z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 200g , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.49 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz ogółem: 36.44 g; Węglowodany ogółem: 392.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.31 g; Sól: 3.74 g; Sód: 1320.77 mg; Błonnik: 44.35 g; W tym cukry: 127.69 g; WW: 39.35 Por; Potas: 3982.93 mg; Wapń: 647.44 mg; Fosfor: 1185.78 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 320.01 mg;

środa 2025-02-26 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 z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa owocowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU, MCK</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia 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>), Pasta z soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 200g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1963.44 kcal; Białko ogółem: 73.67 g; Tłuszcz ogółem: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 301.35 g; Kw. tł. nasycone: 8.87 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1354.72 mg; Błonnik: 44.17 g; W tym cukry: 63.72 g; WW: 30.27 Por; Potas: 4005.05 mg; Wapń: 653.15 mg; Fosfor: 1271.18 mg; Żelazo: 11.74 mg; Magnez: 348.71 mg;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.78 kcal; Białko ogółem: 73.07 g; Tłuszcz ogółem: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 354.23 g; Kw. tł. nasycone: 9.53 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1049.40 mg; Błonnik: 24.13 g; W tym cukry: 96.27 g; WW: 35.77 Por; Potas: 2837.03 mg; Wapń: 494.26 mg; Fosfor: 796.86 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 190.58 mg;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 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 , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.50 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz ogółem: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 335.69 g; Kw. tł. nasycone: 7.35 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1049.40 mg; Błonnik: 24.13 g; W tym cukry: 96.27 g; WW: 33.87 Por; Potas: 2837.03 mg; Wapń: 494.26 mg; Fosfor: 796.86 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 190.58 mg;

środa 2025-02-26 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>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1782.71 kcal; Białko ogółem: 43.83 g; Tłuszcz ogółem: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 290.66 g; Kw. tł. nasycone: 6.56 g; Sól: 0.67 g; Sód: 199.05 mg; Błonnik: 25.94 g; W tym cukry: 72.32 g; WW: 29.28 Por; Potas: 2357.49 mg; Wapń: 176.49 mg; Fosfor: 444.41 mg; Żelazo: 4.93 mg; Magnez: 131.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-26			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 z cukrem 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: 2200.82 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 335.95 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 497.06 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 117.98 g; WW: 33.89 Por; Potas: 4097.35 mg; Wapń: 692.41 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pasta warzywna 100g ,			Zupa owocowa z makaronem (papka) 300ml (GLU , JAJ), Ziemniaki (papka) 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami (papka) 200g (SEL), Dynia duszona (papka) 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
					Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.41 kcal; Białko ogółem: 74.18 g; Tłuszcz ogółem: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 351.52 g; Kw. tł. nasycone: 9.65 g; Sól: 2.99 g; Sód: 1119.30 mg; Błonnik: 28.96 g; W tym cukry: 99.88 g; WW: 35.50 Por; Potas: 3350.57 mg; Wapń: 549.73 mg; Fosfor: 936.24 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 225.21 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (SOJ , MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 70g (RYB), Rukola 20g ,			Zupa owocowa z makaronem 300ml (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 40g (SOJ , MLE , SEL), Twaróg 60g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.09 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz ogółem: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 338.71 g; Kw. tł. nasycone: 9.39 g; Sól: 3.89 g; Sód: 1091.98 mg; Błonnik: 25.19 g; W tym cukry: 99.98 g; WW: 34.18 Por; Potas: 3046.85 mg; Wapń: 563.48 mg; Fosfor: 949.78 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 203.85 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Rukola 10g ,			Zupa owocowa z makaronem 300ml (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 40g (SOJ , MLE , SEL), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.30 kcal; Białko ogółem: 70.38 g; Tłuszcz ogółem: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; Kw. tł. nasycone: 7.61 g; Sól: 2.82 g; Sód: 1046.47 mg; Błonnik: 22.44 g; W tym cukry: 95.55 g; WW: 33.22 Por; Potas: 2770.24 mg; Wapń: 479.86 mg; Fosfor: 783.97 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 185.38 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Rukola 20g ,			Zupa owocowa z makaronem b/glu 300ml , Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 40g (SOJ , MLE , SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.89 kcal; Białko ogółem: 44.03 g; Tłuszcz ogółem: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 300.77 g; Kw. tł. nasycone: 5.11 g; Sól: 0.65 g; Sód: 193.51 mg; Błonnik: 25.14 g; W tym cukry: 91.59 g; WW: 30.27 Por; Potas: 2482.83 mg; Wapń: 197.82 mg; Fosfor: 464.15 mg; Żelazo: 5.31 mg; Magnez: 137.35 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Rukola 20g ,			Zupa owocowa z makaronem 300ml (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g , Herbata z cukrem 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.41 kcal; Białko ogółem: 66.38 g; Tłuszcz ogółem: 49.68 g; Węglowodany ogółem: 339.83 g; Kw. tł. nasycone: 10.16 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1087.73 mg; Błonnik: 26.11 g; W tym cukry: 101.15 g; WW: 34.25 Por; Potas: 2933.81 mg; Wapń: 225.33 mg; Fosfor: 636.67 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 181.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-26		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), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem b/glu 300ml , Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1698.27 kcal; Białko ogółem: 37.07 g; Tłuszcz ogółem: 41.59 g; Węglowodany ogółem: 297.04 g; Kw. tł. nasycone: 7.36 g; Sól: 1.48 g; Sód: 193.51 mg; Błonnik: 25.14 g; W tym cukry: 91.64 g; WW: 29.93 Por; Potas: 2482.83 mg; Wapń: 197.82 mg; Fosfor: 464.15 mg; Żelazo: 5.31 mg; Magnez: 137.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej, z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 200g , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.49 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz ogółem: 36.44 g; Węglowodany ogółem: 392.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.31 g; Sól: 3.74 g; Sód: 1320.77 mg; Błonnik: 44.35 g; W tym cukry: 127.69 g; WW: 39.35 Por; Potas: 3982.93 mg; Wapń: 647.44 mg; Fosfor: 1185.78 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 320.01 mg;

środa 2025-02-26 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 z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa owocowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU, MCK</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia 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>), Pasta z soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 200g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1963.44 kcal; Białko ogółem: 73.67 g; Tłuszcz ogółem: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 301.35 g; Kw. tł. nasycone: 8.87 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1354.72 mg; Błonnik: 44.17 g; W tym cukry: 63.72 g; WW: 30.27 Por; Potas: 4005.05 mg; Wapń: 653.15 mg; Fosfor: 1271.18 mg; Żelazo: 11.74 mg; Magnez: 348.71 mg;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.78 kcal; Białko ogółem: 73.07 g; Tłuszcz ogółem: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 354.23 g; Kw. tł. nasycone: 9.53 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1049.40 mg; Błonnik: 24.13 g; W tym cukry: 96.27 g; WW: 35.77 Por; Potas: 2837.03 mg; Wapń: 494.26 mg; Fosfor: 796.86 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 190.58 mg;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 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 , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.50 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz ogółem: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 335.69 g; Kw. tł. nasycone: 7.35 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1049.40 mg; Błonnik: 24.13 g; W tym cukry: 96.27 g; WW: 33.87 Por; Potas: 2837.03 mg; Wapń: 494.26 mg; Fosfor: 796.86 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 190.58 mg;

środa 2025-02-26 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>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1782.71 kcal; Białko ogółem: 43.83 g; Tłuszcz ogółem: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 290.66 g; Kw. tł. nasycone: 6.56 g; Sól: 0.67 g; Sód: 199.05 mg; Błonnik: 25.94 g; W tym cukry: 72.32 g; WW: 29.28 Por; Potas: 2357.49 mg; Wapń: 176.49 mg; Fosfor: 444.41 mg; Żelazo: 4.93 mg; Magnez: 131.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-26			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 z cukrem 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: 2200.82 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 335.95 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 497.06 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 117.98 g; WW: 33.89 Por; Potas: 4097.35 mg; Wapń: 692.41 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Pasta warzywna 100g ,			Zupa owocowa z makaronem (papka) 300ml (GLU , JAJ), Ziemniaki (papka) 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami (papka) 200g (SEL), Dynia duszona (papka) 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
					Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.41 kcal; Białko ogółem: 74.18 g; Tłuszcz ogółem: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 351.52 g; Kw. tł. nasycone: 9.65 g; Sól: 2.99 g; Sód: 1119.30 mg; Błonnik: 28.96 g; W tym cukry: 99.88 g; WW: 35.50 Por; Potas: 3350.57 mg; Wapń: 549.73 mg; Fosfor: 936.24 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 225.21 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (SOJ , MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 70g (RYB), Rukola 20g ,			Zupa owocowa z makaronem 300ml (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 40g (SOJ , MLE , SEL), Twaróg 60g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.09 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz ogółem: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 338.71 g; Kw. tł. nasycone: 9.39 g; Sól: 3.89 g; Sód: 1091.98 mg; Błonnik: 25.19 g; W tym cukry: 99.98 g; WW: 34.18 Por; Potas: 3046.85 mg; Wapń: 563.48 mg; Fosfor: 949.78 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 203.85 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Rukola 10g ,			Zupa owocowa z makaronem 300ml (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 40g (SOJ , MLE , SEL), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.30 kcal; Białko ogółem: 70.38 g; Tłuszcz ogółem: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; Kw. tł. nasycone: 7.61 g; Sól: 2.82 g; Sód: 1046.47 mg; Błonnik: 22.44 g; W tym cukry: 95.55 g; WW: 33.22 Por; Potas: 2770.24 mg; Wapń: 479.86 mg; Fosfor: 783.97 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 185.38 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Rukola 20g ,			Zupa owocowa z makaronem b/glu 300ml , Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 40g (SOJ , MLE , SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.89 kcal; Białko ogółem: 44.03 g; Tłuszcz ogółem: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 300.77 g; Kw. tł. nasycone: 5.11 g; Sól: 0.65 g; Sód: 193.51 mg; Błonnik: 25.14 g; W tym cukry: 91.59 g; WW: 30.27 Por; Potas: 2482.83 mg; Wapń: 197.82 mg; Fosfor: 464.15 mg; Żelazo: 5.31 mg; Magnez: 137.35 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB), Rukola 20g ,			Zupa owocowa z makaronem 300ml (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g , Herbata z cukrem 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.41 kcal; Białko ogółem: 66.38 g; Tłuszcz ogółem: 49.68 g; Węglowodany ogółem: 339.83 g; Kw. tł. nasycone: 10.16 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1087.73 mg; Błonnik: 26.11 g; W tym cukry: 101.15 g; WW: 34.25 Por; Potas: 2933.81 mg; Wapń: 225.33 mg; Fosfor: 636.67 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 181.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-26		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), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem b/glu 300ml , Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1698.27 kcal; Białko ogółem: 37.07 g; Tłuszcz ogółem: 41.59 g; Węglowodany ogółem: 297.04 g; Kw. tł. nasycone: 7.36 g; Sól: 1.48 g; Sód: 193.51 mg; Błonnik: 25.14 g; W tym cukry: 91.64 g; WW: 29.93 Por; Potas: 2482.83 mg; Wapń: 197.82 mg; Fosfor: 464.15 mg; Żelazo: 5.31 mg; Magnez: 137.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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 soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej, z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 200g , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2413.49 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz ogółem: 36.44 g; Węglowodany ogółem: 392.93 g; Kw. tł. nasycone: 11.31 g; Sól: 3.74 g; Sód: 1320.77 mg; Błonnik: 44.35 g; W tym cukry: 127.69 g; WW: 39.35 Por; Potas: 3982.93 mg; Wapń: 647.44 mg; Fosfor: 1185.78 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 320.01 mg;

środa 2025-02-26 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 owocowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MCK</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia 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>), Pasta z soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 200g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1963.44 kcal; Białko ogółem: 73.67 g; Tłuszcz ogółem: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 301.35 g; Kw. tł. nasycone: 8.87 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1354.72 mg; Błonnik: 44.17 g; W tym cukry: 63.72 g; WW: 30.27 Por; Potas: 4005.05 mg; Wapń: 653.15 mg; Fosfor: 1271.18 mg; Żelazo: 11.74 mg; Magnez: 348.71 mg;

środa 2025-02-26 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 , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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: 2105.78 kcal; Białko ogółem: 73.07 g; Tłuszcz ogółem: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 354.23 g; Kw. tł. nasycone: 9.53 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1049.40 mg; Błonnik: 24.13 g; W tym cukry: 96.27 g; WW: 35.77 Por; Potas: 2837.03 mg; Wapń: 494.26 mg; Fosfor: 796.86 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 190.58 mg;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 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 , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.50 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz ogółem: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 335.69 g; Kw. tł. nasycone: 7.35 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1049.40 mg; Błonnik: 24.13 g; W tym cukry: 96.27 g; WW: 33.87 Por; Potas: 2837.03 mg; Wapń: 494.26 mg; Fosfor: 796.86 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 190.58 mg;

środa 2025-02-26 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>), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 20g (<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: 1782.71 kcal; Białko ogółem: 43.83 g; Tłuszcz ogółem: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 290.66 g; Kw. tł. nasycone: 6.56 g; Sól: 0.67 g; Sód: 199.05 mg; Błonnik: 25.94 g; W tym cukry: 72.32 g; WW: 29.28 Por; Potas: 2357.49 mg; Wapń: 176.49 mg; Fosfor: 444.41 mg; Żelazo: 4.93 mg; Magnez: 131.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-26			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 z cukrem 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: 2200.82 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 335.95 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 497.06 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 117.98 g; WW: 33.89 Por; Potas: 4097.35 mg; Wapń: 692.41 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Pasta warzywna 100g ,			Zupa owocowa z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami (papka) 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2137.41 kcal; Białko ogółem: 74.18 g; Tłuszcz ogółem: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 351.52 g; Kw. tł. nasycone: 9.65 g; Sól: 2.99 g; Sód: 1119.30 mg; Błonnik: 28.96 g; W tym cukry: 99.88 g; WW: 35.50 Por; Potas: 3350.57 mg; Wapń: 549.73 mg; Fosfor: 936.24 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 225.21 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
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>), Poledwica sopocka wiewprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 70g (<i>RYB</i>), Rukola 20g ,			Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.09 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz ogółem: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 338.71 g; Kw. tł. nasycone: 9.39 g; Sól: 3.89 g; Sód: 1091.98 mg; Błonnik: 25.19 g; W tym cukry: 99.98 g; WW: 34.18 Por; Potas: 3046.85 mg; Wapń: 563.48 mg; Fosfor: 949.78 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 203.85 mg;

środa 2025-02-26			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i>), Rukola 10g ,			Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
					Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.30 kcal; Białko ogółem: 70.38 g; Tłuszcz ogółem: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; Kw. tł. nasycone: 7.61 g; Sól: 2.82 g; Sód: 1046.47 mg; Błonnik: 22.44 g; W tym cukry: 95.55 g; WW: 33.22 Por; Potas: 2770.24 mg; Wapń: 479.86 mg; Fosfor: 783.97 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 185.38 mg;

środa 2025-02-26			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>), Rukola 20g ,			Zupa owocowa z makaronem b/glu 300ml , Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 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 , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.89 kcal; Białko ogółem: 44.03 g; Tłuszcz ogółem: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 300.77 g; Kw. tł. nasycone: 5.11 g; Sól: 0.65 g; Sód: 193.51 mg; Błonnik: 25.14 g; W tym cukry: 91.59 g; WW: 30.27 Por; Potas: 2482.83 mg; Wapń: 197.82 mg; Fosfor: 464.15 mg; Żelazo: 5.31 mg; Magnez: 137.35 mg;

środa 2025-02-26			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>), Rukola 20g ,			Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Poledwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g , Herbata z cukrem 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.41 kcal; Białko ogółem: 66.38 g; Tłuszcz ogółem: 49.68 g; Węglowodany ogółem: 339.83 g; Kw. tł. nasycone: 10.16 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1087.73 mg; Błonnik: 26.11 g; W tym cukry: 101.15 g; WW: 34.25 Por; Potas: 2933.81 mg; Wapń: 225.33 mg; Fosfor: 636.67 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 181.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-26		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), Rukola 20g ,	Zupa owocowa z makaronem b/glu 300ml , Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (SEL), Dynia duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1698.27 kcal; Białko ogółem: 37.07 g; Tłuszcz ogółem: 41.59 g; Węglowodany ogółem: 297.04 g; Kw. tł. nasycone: 7.36 g; Sól: 1.48 g; Sód: 193.51 mg; Błonnik: 25.14 g; W tym cukry: 91.64 g; WW: 29.93 Por; Potas: 2482.83 mg; Wapń: 197.82 mg; Fosfor: 464.15 mg; Żelazo: 5.31 mg; Magnez: 137.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-26	Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny	
	Zupa owocowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1676.24 kcal; Białko ogółem: 50.62 g; Tłuszcz ogółem: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 258.81 g; Kw. tł. nasycone: 4.07 g; Sól: 0.38 g; Sód: 142.75 mg; Błonnik: 19.17 g; W tym cukry: 20.48 g; WW: 26.03 Por; Potas: 2064.35 mg; Wapń: 134.96 mg; Fosfor: 446.83 mg; Żelazo: 4.20 mg; Magnez: 116.60 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówki drobiowe 100g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata maslowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2601.50 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz ogółem: 65.00 g; Węglowodany ogółem: 364.73 g; Kw. tł. nasycone: 19.27 g; Sól: 7.68 g; Sód: 2630.83 mg; Błonnik: 30.82 g; W tym cukry: 92.38 g; WW: 36.45 Por; Potas: 2366.09 mg; Wapń: 566.81 mg; Fosfor: 1170.04 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 291.95 mg;

czwartek 2025-02-27 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>), Parówki drobiowe 100g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata maslowa 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: 2070.46 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz ogółem: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 261.89 g; Kw. tł. nasycone: 16.78 g; Sól: 7.76 g; Sód: 2655.58 mg; Błonnik: 37.08 g; W tym cukry: 41.50 g; WW: 26.19 Por; Potas: 2394.78 mg; Wapń: 563.93 mg; Fosfor: 1239.85 mg; Żelazo: 10.56 mg; Magnez: 351.39 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.86 kcal; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz ogółem: 48.04 g; Węglowodany ogółem: 340.63 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1198.40 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 60.98 g; WW: 34.23 Por; Potas: 1658.32 mg; Wapń: 487.28 mg; Fosfor: 823.85 mg; Żelazo: 5.98 mg; Magnez: 149.77 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2099.96 kcal; Białko ogółem: 73.82 g; Tłuszcz ogółem: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 311.09 g; Kw. tł. nasycone: 10.32 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1198.40 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 60.98 g; WW: 31.23 Por; Potas: 1658.32 mg; Wapń: 487.28 mg; Fosfor: 823.85 mg; Żelazo: 5.98 mg; Magnez: 149.77 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1816.67 kcal; Białko ogółem: 43.04 g; Tłuszcz ogółem: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 259.35 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 1.14 g; Sód: 324.43 mg; Błonnik: 22.16 g; W tym cukry: 49.21 g; WW: 25.97 Por; Potas: 1320.75 mg; Wapń: 146.04 mg; Fosfor: 401.10 mg; Żelazo: 3.40 mg; Magnez: 78.30 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Sok owocowy 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 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: 2321.61 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 289.69 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 1.43 g; Sód: 441.16 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 71.39 g; WW: 29.19 Por; Potas: 3795.75 mg; Wapń: 531.01 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-27Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką (papka) 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem (papka) 350g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2147.32 kcal; Białko ogółem: 78.60 g; Tłuszcz ogółem: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 329.44 g; Kw. tł. nasycone: 12.07 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1386.78 mg; Błonnik: 23.27 g; W tym cukry: 65.62 g; WW: 33.17 Por; Potas: 2194.38 mg; Wapń: 525.45 mg; Fosfor: 922.02 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 178.85 mg;

czwartek 2025-02-27Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2385.82 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz ogółem: 59.48 g; Węglowodany ogółem: 322.30 g; Kw. tł. nasycone: 15.07 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1248.59 mg; Błonnik: 19.73 g; W tym cukry: 67.57 g; WW: 32.35 Por; Potas: 2109.55 mg; Wapń: 586.68 mg; Fosfor: 1047.48 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 168.59 mg;

czwartek 2025-02-27Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , 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 50g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 50g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.63 kcal; Białko ogółem: 71.19 g; Tłuszcz ogółem: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 303.58 g; Kw. tł. nasycone: 10.07 g; Sól: 3.17 g; Sód: 1133.09 mg; Błonnik: 16.25 g; W tym cukry: 59.07 g; WW: 30.45 Por; Potas: 1599.50 mg; Wapń: 458.52 mg; Fosfor: 782.83 mg; Żelazo: 5.71 mg; Magnez: 140.42 mg;

czwartek 2025-02-27Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z ryżem 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2062.57 kcal; Białko ogółem: 50.07 g; Tłuszcz ogółem: 52.71 g; Węglowodany ogółem: 301.24 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 1.39 g; Sód: 421.50 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 59.88 g; WW: 30.16 Por; Potas: 1863.06 mg; Wapń: 469.57 mg; Fosfor: 679.16 mg; Żelazo: 4.20 mg; Magnez: 121.33 mg;

czwartek 2025-02-27Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/ml 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2035.94 kcal; Białko ogółem: 59.60 g; Tłuszcz ogółem: 66.10 g; Węglowodany ogółem: 310.62 g; Kw. tł. nasycone: 11.44 g; Sól: 5.68 g; Sód: 1373.97 mg; Błonnik: 20.11 g; W tym cukry: 62.72 g; WW: 31.25 Por; Potas: 1816.07 mg; Wapń: 155.85 mg; Fosfor: 507.56 mg; Żelazo: 6.48 mg; Magnez: 127.33 mg;

czwartek 2025-02-27Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i tofu 250g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2134.47 kcal; Białko ogółem: 67.84 g; Tłuszcz ogółem: 47.77 g; Węglowodany ogółem: 321.00 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 6.09 g; Sód: 1873.93 mg; Błonnik: 26.44 g; W tym cukry: 59.74 g; WW: 32.13 Por; Potas: 1806.50 mg; Wapń: 489.57 mg; Fosfor: 867.95 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 230.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.79 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1203.78 mg; Błonnik: 19.62 g; W tym cukry: 63.97 g; WW: 32.66 Por; Potas: 1984.82 mg; Wapń: 487.73 mg; Fosfor: 829.77 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.43 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata z cukrem 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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Budyn płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1911.37 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 295.62 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.52 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 91.53 g; WW: 29.86 Por; Potas: 3661.82 mg; Wapń: 158.08 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.79 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1203.78 mg; Błonnik: 19.62 g; W tym cukry: 63.97 g; WW: 32.66 Por; Potas: 1984.82 mg; Wapń: 487.73 mg; Fosfor: 829.77 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.43 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.27 kcal; Białko ogółem: 72.08 g; Tłuszcz ogółem: 46.12 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; Kw. tł. nasycone: 11.72 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1203.43 mg; Błonnik: 19.66 g; W tym cukry: 64.01 g; WW: 32.67 Por; Potas: 1983.75 mg; Wapń: 488.04 mg; Fosfor: 827.60 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.30 mg;

czwartek 2025-02-27		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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata 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: 1908.66 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz ogółem: 48.44 g; Węglowodany ogółem: 257.89 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1384.44 mg; Błonnik: 35.34 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 25.83 Por; Potas: 2412.76 mg; Wapń: 508.61 mg; Fosfor: 1095.79 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 299.66 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Marchewka duszona 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1662.50 kcal; Białko ogółem: 34.50 g; Tłuszcz ogółem: 64.35 g; Węglowodany ogółem: 241.96 g; Kw. tł. nasycone: 10.39 g; Sól: 1.93 g; Sód: 299.44 mg; Błonnik: 21.79 g; W tym cukry: 47.12 g; WW: 24.25 Por; Potas: 1497.83 mg; Wapń: 134.19 mg; Fosfor: 385.22 mg; Żelazo: 3.93 mg; Magnez: 89.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówki drobiowe 100g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2601.50 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz ogółem: 65.00 g; Węglowodany ogółem: 364.73 g; Kw. tł. nasycone: 19.27 g; Sól: 7.68 g; Sód: 2630.83 mg; Błonnik: 30.82 g; W tym cukry: 92.38 g; WW: 36.45 Por; Potas: 2366.09 mg; Wapń: 566.81 mg; Fosfor: 1170.04 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 291.95 mg;

czwartek 2025-02-27 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>), Parówki drobiowe 100g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), 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: 2070.46 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz ogółem: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 261.89 g; Kw. tł. nasycone: 16.78 g; Sól: 7.76 g; Sód: 2655.58 mg; Błonnik: 37.08 g; W tym cukry: 41.50 g; WW: 26.19 Por; Potas: 2394.78 mg; Wapń: 563.93 mg; Fosfor: 1239.85 mg; Żelazo: 10.56 mg; Magnez: 351.39 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.86 kcal; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz ogółem: 48.04 g; Węglowodany ogółem: 340.63 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1198.40 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 60.98 g; WW: 34.23 Por; Potas: 1658.32 mg; Wapń: 487.28 mg; Fosfor: 823.85 mg; Żelazo: 5.98 mg; Magnez: 149.77 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2099.96 kcal; Białko ogółem: 73.82 g; Tłuszcz ogółem: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 311.09 g; Kw. tł. nasycone: 10.32 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1198.40 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 60.98 g; WW: 31.23 Por; Potas: 1658.32 mg; Wapń: 487.28 mg; Fosfor: 823.85 mg; Żelazo: 5.98 mg; Magnez: 149.77 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1816.67 kcal; Białko ogółem: 43.04 g; Tłuszcz ogółem: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 259.35 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 1.14 g; Sód: 324.43 mg; Błonnik: 22.16 g; W tym cukry: 49.21 g; WW: 25.97 Por; Potas: 1320.75 mg; Wapń: 146.04 mg; Fosfor: 401.10 mg; Żelazo: 3.40 mg; Magnez: 78.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyniu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Sok owocowy 1szt ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 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: 2321.61 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 289.69 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 1.43 g; Sód: 441.16 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 71.39 g; WW: 29.19 Por; Potas: 3795.75 mg; Wapń: 531.01 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papką) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką (papką) 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem (papką) 350g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona (papką) 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2147.32 kcal; Białko ogółem: 78.60 g; Tłuszcz ogółem: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 329.44 g; Kw. tł. nasycone: 12.07 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1386.78 mg; Błonnik: 23.27 g; W tym cukry: 65.62 g; WW: 33.17 Por; Potas: 2194.38 mg; Wapń: 525.45 mg; Fosfor: 922.02 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 178.85 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 80g (JAJ, GOR), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (MLE), Marchewka duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2385.82 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz ogółem: 59.48 g; Węglowodany ogółem: 322.30 g; Kw. tł. nasycone: 15.07 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1248.59 mg; Błonnik: 19.73 g; W tym cukry: 67.57 g; WW: 32.35 Por; Potas: 2109.55 mg; Wapń: 586.68 mg; Fosfor: 1047.48 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 168.59 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa marchwianka z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 50g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona 50g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.63 kcal; Białko ogółem: 71.19 g; Tłuszcz ogółem: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 303.58 g; Kw. tł. nasycone: 10.07 g; Sól: 3.17 g; Sód: 1133.09 mg; Błonnik: 16.25 g; W tym cukry: 59.07 g; WW: 30.45 Por; Potas: 1599.50 mg; Wapń: 458.52 mg; Fosfor: 782.83 mg; Żelazo: 5.71 mg; Magnez: 140.42 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z ryżem 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2062.57 kcal; Białko ogółem: 50.07 g; Tłuszcz ogółem: 52.71 g; Węglowodany ogółem: 301.24 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 1.39 g; Sód: 421.50 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 59.88 g; WW: 30.16 Por; Potas: 1863.06 mg; Wapń: 469.57 mg; Fosfor: 679.16 mg; Żelazo: 4.20 mg; Magnez: 121.33 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką b/ml 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona 100g (GLU),	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,		Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2035.94 kcal; Białko ogółem: 59.60 g; Tłuszcz ogółem: 66.10 g; Węglowodany ogółem: 310.62 g; Kw. tł. nasycone: 11.44 g; Sól: 5.68 g; Sód: 1373.97 mg; Błonnik: 20.11 g; W tym cukry: 62.72 g; WW: 31.25 Por; Potas: 1816.07 mg; Wapń: 155.85 mg; Fosfor: 507.56 mg; Żelazo: 6.48 mg; Magnez: 127.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i tofu 250g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2134.47 kcal; Białko ogółem: 67.84 g; Tłuszcz ogółem: 47.77 g; Węglowodany ogółem: 321.00 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 6.09 g; Sód: 1873.93 mg; Błonnik: 26.44 g; W tym cukry: 59.74 g; WW: 32.13 Por; Potas: 1806.50 mg; Wapń: 489.57 mg; Fosfor: 867.95 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 230.72 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.79 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1203.78 mg; Błonnik: 19.62 g; W tym cukry: 63.97 g; WW: 32.66 Por; Potas: 1984.82 mg; Wapń: 487.73 mg; Fosfor: 829.77 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.43 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata z cukrem 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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1911.37 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 295.62 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.52 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 91.53 g; WW: 29.86 Por; Potas: 3661.82 mg; Wapń: 158.08 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.79 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1203.78 mg; Błonnik: 19.62 g; W tym cukry: 63.97 g; WW: 32.66 Por; Potas: 1984.82 mg; Wapń: 487.73 mg; Fosfor: 829.77 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.43 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.27 kcal; Białko ogółem: 72.08 g; Tłuszcz ogółem: 46.12 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; Kw. tł. nasycone: 11.72 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1203.43 mg; Błonnik: 19.66 g; W tym cukry: 64.01 g; WW: 32.67 Por; Potas: 1983.75 mg; Wapń: 488.04 mg; Fosfor: 827.60 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.30 mg;

czwartek 2025-02-27		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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata 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: 1908.66 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz ogółem: 48.44 g; Węglowodany ogółem: 257.89 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1384.44 mg; Błonnik: 35.34 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 25.83 Por; Potas: 2412.76 mg; Wapń: 508.61 mg; Fosfor: 1095.79 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 299.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z ryżem b/ml 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona 100g ,
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1662.50 kcal; Białko ogółem: 34.50 g; Tłuszcz ogółem: 64.35 g; Węglowodany ogółem: 241.96 g; Kw. tł.
nasycone: 10.39 g; Sól: 1.93 g; Sód: 299.44 mg; Błonnik: 21.79 g; W tym cukry: 47.12 g; WW: 24.25 Por; Potas: 1497.83 mg; Wapń: 134.19
mg; Fosfor: 385.22 mg; Żelazo: 3.93 mg; Magnez: 89.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMIT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówki drobiowe 100g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2601.50 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz ogółem: 65.00 g; Węglowodany ogółem: 364.73 g; Kw. tł. nasycone: 19.27 g; Sól: 7.68 g; Sód: 2630.83 mg; Błonnik: 30.82 g; W tym cukry: 92.38 g; WW: 36.45 Por; Potas: 2366.09 mg; Wapń: 566.81 mg; Fosfor: 1170.04 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 291.95 mg;

czwartek 2025-02-27 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>), Parówki drobiowe 100g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), 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: 2070.46 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz ogółem: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 261.89 g; Kw. tł. nasycone: 16.78 g; Sól: 7.76 g; Sód: 2655.58 mg; Błonnik: 37.08 g; W tym cukry: 41.50 g; WW: 26.19 Por; Potas: 2394.78 mg; Wapń: 563.93 mg; Fosfor: 1239.85 mg; Żelazo: 10.56 mg; Magnez: 351.39 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.86 kcal; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz ogółem: 48.04 g; Węglowodany ogółem: 340.63 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1198.40 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 60.98 g; WW: 34.23 Por; Potas: 1658.32 mg; Wapń: 487.28 mg; Fosfor: 823.85 mg; Żelazo: 5.98 mg; Magnez: 149.77 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2099.96 kcal; Białko ogółem: 73.82 g; Tłuszcz ogółem: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 311.09 g; Kw. tł. nasycone: 10.32 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1198.40 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 60.98 g; WW: 31.23 Por; Potas: 1658.32 mg; Wapń: 487.28 mg; Fosfor: 823.85 mg; Żelazo: 5.98 mg; Magnez: 149.77 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1816.67 kcal; Białko ogółem: 43.04 g; Tłuszcz ogółem: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 259.35 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 1.14 g; Sód: 324.43 mg; Błonnik: 22.16 g; W tym cukry: 49.21 g; WW: 25.97 Por; Potas: 1320.75 mg; Wapń: 146.04 mg; Fosfor: 401.10 mg; Żelazo: 3.40 mg; Magnez: 78.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyniu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Sok owocowy 1szt ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 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: 2321.61 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 289.69 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 1.43 g; Sód: 441.16 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 71.39 g; WW: 29.19 Por; Potas: 3795.75 mg; Wapń: 531.01 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papką) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką (papką) 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem (papką) 350g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona (papką) 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2147.32 kcal; Białko ogółem: 78.60 g; Tłuszcz ogółem: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 329.44 g; Kw. tł. nasycone: 12.07 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1386.78 mg; Błonnik: 23.27 g; W tym cukry: 65.62 g; WW: 33.17 Por; Potas: 2194.38 mg; Wapń: 525.45 mg; Fosfor: 922.02 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 178.85 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 80g (JAJ, GOR), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (MLE), Marchewka duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2385.82 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz ogółem: 59.48 g; Węglowodany ogółem: 322.30 g; Kw. tł. nasycone: 15.07 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1248.59 mg; Błonnik: 19.73 g; W tym cukry: 67.57 g; WW: 32.35 Por; Potas: 2109.55 mg; Wapń: 586.68 mg; Fosfor: 1047.48 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 168.59 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa marchwianka z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 50g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona 50g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.63 kcal; Białko ogółem: 71.19 g; Tłuszcz ogółem: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 303.58 g; Kw. tł. nasycone: 10.07 g; Sól: 3.17 g; Sód: 1133.09 mg; Błonnik: 16.25 g; W tym cukry: 59.07 g; WW: 30.45 Por; Potas: 1599.50 mg; Wapń: 458.52 mg; Fosfor: 782.83 mg; Żelazo: 5.71 mg; Magnez: 140.42 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z ryżem 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2062.57 kcal; Białko ogółem: 50.07 g; Tłuszcz ogółem: 52.71 g; Węglowodany ogółem: 301.24 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 1.39 g; Sód: 421.50 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 59.88 g; WW: 30.16 Por; Potas: 1863.06 mg; Wapń: 469.57 mg; Fosfor: 679.16 mg; Żelazo: 4.20 mg; Magnez: 121.33 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką b/ml 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona 100g (GLU),	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,		Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2035.94 kcal; Białko ogółem: 59.60 g; Tłuszcz ogółem: 66.10 g; Węglowodany ogółem: 310.62 g; Kw. tł. nasycone: 11.44 g; Sól: 5.68 g; Sód: 1373.97 mg; Błonnik: 20.11 g; W tym cukry: 62.72 g; WW: 31.25 Por; Potas: 1816.07 mg; Wapń: 155.85 mg; Fosfor: 507.56 mg; Żelazo: 6.48 mg; Magnez: 127.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i tofu 250g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2134.47 kcal; Białko ogółem: 67.84 g; Tłuszcz ogółem: 47.77 g; Węglowodany ogółem: 321.00 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 6.09 g; Sód: 1873.93 mg; Błonnik: 26.44 g; W tym cukry: 59.74 g; WW: 32.13 Por; Potas: 1806.50 mg; Wapń: 489.57 mg; Fosfor: 867.95 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 230.72 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.79 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1203.78 mg; Błonnik: 19.62 g; W tym cukry: 63.97 g; WW: 32.66 Por; Potas: 1984.82 mg; Wapń: 487.73 mg; Fosfor: 829.77 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.43 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata z cukrem 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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1911.37 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 295.62 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.52 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 91.53 g; WW: 29.86 Por; Potas: 3661.82 mg; Wapń: 158.08 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.79 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1203.78 mg; Błonnik: 19.62 g; W tym cukry: 63.97 g; WW: 32.66 Por; Potas: 1984.82 mg; Wapń: 487.73 mg; Fosfor: 829.77 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.43 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.27 kcal; Białko ogółem: 72.08 g; Tłuszcz ogółem: 46.12 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; Kw. tł. nasycone: 11.72 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1203.43 mg; Błonnik: 19.66 g; W tym cukry: 64.01 g; WW: 32.67 Por; Potas: 1983.75 mg; Wapń: 488.04 mg; Fosfor: 827.60 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.30 mg;

czwartek 2025-02-27		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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata 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: 1908.66 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz ogółem: 48.44 g; Węglowodany ogółem: 257.89 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1384.44 mg; Błonnik: 35.34 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 25.83 Por; Potas: 2412.76 mg; Wapń: 508.61 mg; Fosfor: 1095.79 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 299.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z ryżem b/ml 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona 100g ,
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1662.50 kcal; Białko ogółem: 34.50 g; Tłuszcz ogółem: 64.35 g; Węglowodany ogółem: 241.96 g; Kw. tł.
nasycone: 10.39 g; Sól: 1.93 g; Sód: 299.44 mg; Błonnik: 21.79 g; W tym cukry: 47.12 g; WW: 24.25 Por; Potas: 1497.83 mg; Wapń: 134.19
mg; Fosfor: 385.22 mg; Żelazo: 3.93 mg; Magnez: 89.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówki drobiowe 100g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2601.50 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz ogółem: 65.00 g; Węglowodany ogółem: 364.73 g; Kw. tł. nasycone: 19.27 g; Sól: 7.68 g; Sód: 2630.83 mg; Błonnik: 30.82 g; W tym cukry: 92.38 g; WW: 36.45 Por; Potas: 2366.09 mg; Wapń: 566.81 mg; Fosfor: 1170.04 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 291.95 mg;

czwartek 2025-02-27 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>), Parówki drobiowe 100g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), 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: 2070.46 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz ogółem: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 261.89 g; Kw. tł. nasycone: 16.78 g; Sól: 7.76 g; Sód: 2655.58 mg; Błonnik: 37.08 g; W tym cukry: 41.50 g; WW: 26.19 Por; Potas: 2394.78 mg; Wapń: 563.93 mg; Fosfor: 1239.85 mg; Żelazo: 10.56 mg; Magnez: 351.39 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.86 kcal; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz ogółem: 48.04 g; Węglowodany ogółem: 340.63 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1198.40 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 60.98 g; WW: 34.23 Por; Potas: 1658.32 mg; Wapń: 487.28 mg; Fosfor: 823.85 mg; Żelazo: 5.98 mg; Magnez: 149.77 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2099.96 kcal; Białko ogółem: 73.82 g; Tłuszcz ogółem: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 311.09 g; Kw. tł. nasycone: 10.32 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1198.40 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 60.98 g; WW: 31.23 Por; Potas: 1658.32 mg; Wapń: 487.28 mg; Fosfor: 823.85 mg; Żelazo: 5.98 mg; Magnez: 149.77 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1816.67 kcal; Białko ogółem: 43.04 g; Tłuszcz ogółem: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 259.35 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 1.14 g; Sód: 324.43 mg; Błonnik: 22.16 g; W tym cukry: 49.21 g; WW: 25.97 Por; Potas: 1320.75 mg; Wapń: 146.04 mg; Fosfor: 401.10 mg; Żelazo: 3.40 mg; Magnez: 78.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyńiu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Sok owocowy 1szt ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata z cukrem 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: 2321.61 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 289.69 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 1.43 g; Sód: 441.16 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 71.39 g; WW: 29.19 Por; Potas: 3795.75 mg; Wapń: 531.01 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papką) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką (papką) 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem (papką) 350g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona (papką) 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2147.32 kcal; Białko ogółem: 78.60 g; Tłuszcz ogółem: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 329.44 g; Kw. tł. nasycone: 12.07 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1386.78 mg; Błonnik: 23.27 g; W tym cukry: 65.62 g; WW: 33.17 Por; Potas: 2194.38 mg; Wapń: 525.45 mg; Fosfor: 922.02 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 178.85 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 80g (JAJ, GOR), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (MLE), Marchewka duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2385.82 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz ogółem: 59.48 g; Węglowodany ogółem: 322.30 g; Kw. tł. nasycone: 15.07 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1248.59 mg; Błonnik: 19.73 g; W tym cukry: 67.57 g; WW: 32.35 Por; Potas: 2109.55 mg; Wapń: 586.68 mg; Fosfor: 1047.48 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 168.59 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa marchwianka z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 50g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona 50g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.63 kcal; Białko ogółem: 71.19 g; Tłuszcz ogółem: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 303.58 g; Kw. tł. nasycone: 10.07 g; Sól: 3.17 g; Sód: 1133.09 mg; Błonnik: 16.25 g; W tym cukry: 59.07 g; WW: 30.45 Por; Potas: 1599.50 mg; Wapń: 458.52 mg; Fosfor: 782.83 mg; Żelazo: 5.71 mg; Magnez: 140.42 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z ryżem 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2062.57 kcal; Białko ogółem: 50.07 g; Tłuszcz ogółem: 52.71 g; Węglowodany ogółem: 301.24 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 1.39 g; Sód: 421.50 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 59.88 g; WW: 30.16 Por; Potas: 1863.06 mg; Wapń: 469.57 mg; Fosfor: 679.16 mg; Żelazo: 4.20 mg; Magnez: 121.33 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką b/ml 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona 100g (GLU),	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,		Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2035.94 kcal; Białko ogółem: 59.60 g; Tłuszcz ogółem: 66.10 g; Węglowodany ogółem: 310.62 g; Kw. tł. nasycone: 11.44 g; Sól: 5.68 g; Sód: 1373.97 mg; Błonnik: 20.11 g; W tym cukry: 62.72 g; WW: 31.25 Por; Potas: 1816.07 mg; Wapń: 155.85 mg; Fosfor: 507.56 mg; Żelazo: 6.48 mg; Magnez: 127.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i tofu 250g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2134.47 kcal; Białko ogółem: 67.84 g; Tłuszcz ogółem: 47.77 g; Węglowodany ogółem: 321.00 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 6.09 g; Sód: 1873.93 mg; Błonnik: 26.44 g; W tym cukry: 59.74 g; WW: 32.13 Por; Potas: 1806.50 mg; Wapń: 489.57 mg; Fosfor: 867.95 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 230.72 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.79 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1203.78 mg; Błonnik: 19.62 g; W tym cukry: 63.97 g; WW: 32.66 Por; Potas: 1984.82 mg; Wapń: 487.73 mg; Fosfor: 829.77 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.43 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata z cukrem 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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1911.37 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 295.62 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.52 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 91.53 g; WW: 29.86 Por; Potas: 3661.82 mg; Wapń: 158.08 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.79 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1203.78 mg; Błonnik: 19.62 g; W tym cukry: 63.97 g; WW: 32.66 Por; Potas: 1984.82 mg; Wapń: 487.73 mg; Fosfor: 829.77 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.43 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.27 kcal; Białko ogółem: 72.08 g; Tłuszcz ogółem: 46.12 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; Kw. tł. nasycone: 11.72 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1203.43 mg; Błonnik: 19.66 g; W tym cukry: 64.01 g; WW: 32.67 Por; Potas: 1983.75 mg; Wapń: 488.04 mg; Fosfor: 827.60 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.30 mg;

czwartek 2025-02-27		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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata 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: 1908.66 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz ogółem: 48.44 g; Węglowodany ogółem: 257.89 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1384.44 mg; Błonnik: 35.34 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 25.83 Por; Potas: 2412.76 mg; Wapń: 508.61 mg; Fosfor: 1095.79 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 299.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z ryżem b/ml 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona 100g ,
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1662.50 kcal; Białko ogółem: 34.50 g; Tłuszcz ogółem: 64.35 g; Węglowodany ogółem: 241.96 g; Kw. tł.
nasycone: 10.39 g; Sól: 1.93 g; Sód: 299.44 mg; Błonnik: 21.79 g; W tym cukry: 47.12 g; WW: 24.25 Por; Potas: 1497.83 mg; Wapń: 134.19
mg; Fosfor: 385.22 mg; Żelazo: 3.93 mg; Magnez: 89.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówki drobiowe 100g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2601.50 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz ogółem: 65.00 g; Węglowodany ogółem: 364.73 g; Kw. tł. nasycone: 19.27 g; Sól: 7.68 g; Sód: 2630.83 mg; Błonnik: 30.82 g; W tym cukry: 92.38 g; WW: 36.45 Por; Potas: 2366.09 mg; Wapń: 566.81 mg; Fosfor: 1170.04 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 291.95 mg;

czwartek 2025-02-27 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>), Parówki drobiowe 100g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), 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: 2070.46 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz ogółem: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 261.89 g; Kw. tł. nasycone: 16.78 g; Sól: 7.76 g; Sód: 2655.58 mg; Błonnik: 37.08 g; W tym cukry: 41.50 g; WW: 26.19 Por; Potas: 2394.78 mg; Wapń: 563.93 mg; Fosfor: 1239.85 mg; Żelazo: 10.56 mg; Magnez: 351.39 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.86 kcal; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz ogółem: 48.04 g; Węglowodany ogółem: 340.63 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1198.40 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 60.98 g; WW: 34.23 Por; Potas: 1658.32 mg; Wapń: 487.28 mg; Fosfor: 823.85 mg; Żelazo: 5.98 mg; Magnez: 149.77 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2099.96 kcal; Białko ogółem: 73.82 g; Tłuszcz ogółem: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 311.09 g; Kw. tł. nasycone: 10.32 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1198.40 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 60.98 g; WW: 31.23 Por; Potas: 1658.32 mg; Wapń: 487.28 mg; Fosfor: 823.85 mg; Żelazo: 5.98 mg; Magnez: 149.77 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1816.67 kcal; Białko ogółem: 43.04 g; Tłuszcz ogółem: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 259.35 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 1.14 g; Sód: 324.43 mg; Błonnik: 22.16 g; W tym cukry: 49.21 g; WW: 25.97 Por; Potas: 1320.75 mg; Wapń: 146.04 mg; Fosfor: 401.10 mg; Żelazo: 3.40 mg; Magnez: 78.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyń) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Sok owocowy 1szt ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata z cukrem 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: 2321.61 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 289.69 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 1.43 g; Sód: 441.16 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 71.39 g; WW: 29.19 Por; Potas: 3795.75 mg; Wapń: 531.01 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papką) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką (papką) 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem (papką) 350g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona (papką) 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2147.32 kcal; Białko ogółem: 78.60 g; Tłuszcz ogółem: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 329.44 g; Kw. tł. nasycone: 12.07 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1386.78 mg; Błonnik: 23.27 g; W tym cukry: 65.62 g; WW: 33.17 Por; Potas: 2194.38 mg; Wapń: 525.45 mg; Fosfor: 922.02 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 178.85 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 80g (JAJ, GOR), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (MLE), Marchewka duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2385.82 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz ogółem: 59.48 g; Węglowodany ogółem: 322.30 g; Kw. tł. nasycone: 15.07 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1248.59 mg; Błonnik: 19.73 g; W tym cukry: 67.57 g; WW: 32.35 Por; Potas: 2109.55 mg; Wapń: 586.68 mg; Fosfor: 1047.48 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 168.59 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa marchwianka z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 50g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona 50g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.63 kcal; Białko ogółem: 71.19 g; Tłuszcz ogółem: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 303.58 g; Kw. tł. nasycone: 10.07 g; Sól: 3.17 g; Sód: 1133.09 mg; Błonnik: 16.25 g; W tym cukry: 59.07 g; WW: 30.45 Por; Potas: 1599.50 mg; Wapń: 458.52 mg; Fosfor: 782.83 mg; Żelazo: 5.71 mg; Magnez: 140.42 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z ryżem 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2062.57 kcal; Białko ogółem: 50.07 g; Tłuszcz ogółem: 52.71 g; Węglowodany ogółem: 301.24 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 1.39 g; Sód: 421.50 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 59.88 g; WW: 30.16 Por; Potas: 1863.06 mg; Wapń: 469.57 mg; Fosfor: 679.16 mg; Żelazo: 4.20 mg; Magnez: 121.33 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką b/ml 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona 100g (GLU),	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,		Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2035.94 kcal; Białko ogółem: 59.60 g; Tłuszcz ogółem: 66.10 g; Węglowodany ogółem: 310.62 g; Kw. tł. nasycone: 11.44 g; Sól: 5.68 g; Sód: 1373.97 mg; Błonnik: 20.11 g; W tym cukry: 62.72 g; WW: 31.25 Por; Potas: 1816.07 mg; Wapń: 155.85 mg; Fosfor: 507.56 mg; Żelazo: 6.48 mg; Magnez: 127.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i tofu 250g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2134.47 kcal; Białko ogółem: 67.84 g; Tłuszcz ogółem: 47.77 g; Węglowodany ogółem: 321.00 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 6.09 g; Sód: 1873.93 mg; Błonnik: 26.44 g; W tym cukry: 59.74 g; WW: 32.13 Por; Potas: 1806.50 mg; Wapń: 489.57 mg; Fosfor: 867.95 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 230.72 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.79 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1203.78 mg; Błonnik: 19.62 g; W tym cukry: 63.97 g; WW: 32.66 Por; Potas: 1984.82 mg; Wapń: 487.73 mg; Fosfor: 829.77 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.43 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata z cukrem 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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1911.37 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 295.62 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.52 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 91.53 g; WW: 29.86 Por; Potas: 3661.82 mg; Wapń: 158.08 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.79 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1203.78 mg; Błonnik: 19.62 g; W tym cukry: 63.97 g; WW: 32.66 Por; Potas: 1984.82 mg; Wapń: 487.73 mg; Fosfor: 829.77 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.43 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.27 kcal; Białko ogółem: 72.08 g; Tłuszcz ogółem: 46.12 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; Kw. tł. nasycone: 11.72 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1203.43 mg; Błonnik: 19.66 g; W tym cukry: 64.01 g; WW: 32.67 Por; Potas: 1983.75 mg; Wapń: 488.04 mg; Fosfor: 827.60 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.30 mg;

czwartek 2025-02-27		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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata 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: 1908.66 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz ogółem: 48.44 g; Węglowodany ogółem: 257.89 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1384.44 mg; Błonnik: 35.34 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 25.83 Por; Potas: 2412.76 mg; Wapń: 508.61 mg; Fosfor: 1095.79 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 299.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z ryżem b/ml 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona 100g ,
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1662.50 kcal; Białko ogółem: 34.50 g; Tłuszcz ogółem: 64.35 g; Węglowodany ogółem: 241.96 g; Kw. tł.
nasycone: 10.39 g; Sól: 1.93 g; Sód: 299.44 mg; Błonnik: 21.79 g; W tym cukry: 47.12 g; WW: 24.25 Por; Potas: 1497.83 mg; Wapń: 134.19
mg; Fosfor: 385.22 mg; Żelazo: 3.93 mg; Magnez: 89.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówki drobiowe 100g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2601.50 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz ogółem: 65.00 g; Węglowodany ogółem: 364.73 g; Kw. tł. nasycone: 19.27 g; Sól: 7.68 g; Sód: 2630.83 mg; Błonnik: 30.82 g; W tym cukry: 92.38 g; WW: 36.45 Por; Potas: 2366.09 mg; Wapń: 566.81 mg; Fosfor: 1170.04 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 291.95 mg;

czwartek 2025-02-27 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>), Parówki drobiowe 100g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), 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: 2070.46 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz ogółem: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 261.89 g; Kw. tł. nasycone: 16.78 g; Sól: 7.76 g; Sód: 2655.58 mg; Błonnik: 37.08 g; W tym cukry: 41.50 g; WW: 26.19 Por; Potas: 2394.78 mg; Wapń: 563.93 mg; Fosfor: 1239.85 mg; Żelazo: 10.56 mg; Magnez: 351.39 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.86 kcal; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz ogółem: 48.04 g; Węglowodany ogółem: 340.63 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1198.40 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 60.98 g; WW: 34.23 Por; Potas: 1658.32 mg; Wapń: 487.28 mg; Fosfor: 823.85 mg; Żelazo: 5.98 mg; Magnez: 149.77 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2099.96 kcal; Białko ogółem: 73.82 g; Tłuszcz ogółem: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 311.09 g; Kw. tł. nasycone: 10.32 g; Sól: 3.32 g; Sód: 1198.40 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 60.98 g; WW: 31.23 Por; Potas: 1658.32 mg; Wapń: 487.28 mg; Fosfor: 823.85 mg; Żelazo: 5.98 mg; Magnez: 149.77 mg;

czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1816.67 kcal; Białko ogółem: 43.04 g; Tłuszcz ogółem: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 259.35 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 1.14 g; Sód: 324.43 mg; Błonnik: 22.16 g; W tym cukry: 49.21 g; WW: 25.97 Por; Potas: 1320.75 mg; Wapń: 146.04 mg; Fosfor: 401.10 mg; Żelazo: 3.40 mg; Magnez: 78.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyniu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Sok owocowy 1szt ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 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: 2321.61 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 289.69 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 1.43 g; Sód: 441.16 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 71.39 g; WW: 29.19 Por; Potas: 3795.75 mg; Wapń: 531.01 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papką) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką (papką) 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem (papką) 350g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona (papką) 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2147.32 kcal; Białko ogółem: 78.60 g; Tłuszcz ogółem: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 329.44 g; Kw. tł. nasycone: 12.07 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1386.78 mg; Błonnik: 23.27 g; W tym cukry: 65.62 g; WW: 33.17 Por; Potas: 2194.38 mg; Wapń: 525.45 mg; Fosfor: 922.02 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 178.85 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 80g (JAJ, GOR), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (MLE), Marchewka duszona 100g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2385.82 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz ogółem: 59.48 g; Węglowodany ogółem: 322.30 g; Kw. tł. nasycone: 15.07 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1248.59 mg; Błonnik: 19.73 g; W tym cukry: 67.57 g; WW: 32.35 Por; Potas: 2109.55 mg; Wapń: 586.68 mg; Fosfor: 1047.48 mg; Żelazo: 6.83 mg; Magnez: 168.59 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa marchwianka z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 50g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona 50g (GLU), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.63 kcal; Białko ogółem: 71.19 g; Tłuszcz ogółem: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 303.58 g; Kw. tł. nasycone: 10.07 g; Sól: 3.17 g; Sód: 1133.09 mg; Błonnik: 16.25 g; W tym cukry: 59.07 g; WW: 30.45 Por; Potas: 1599.50 mg; Wapń: 458.52 mg; Fosfor: 782.83 mg; Żelazo: 5.71 mg; Magnez: 140.42 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z ryżem 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Marchewka duszona 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2062.57 kcal; Białko ogółem: 50.07 g; Tłuszcz ogółem: 52.71 g; Węglowodany ogółem: 301.24 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 1.39 g; Sód: 421.50 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 59.88 g; WW: 30.16 Por; Potas: 1863.06 mg; Wapń: 469.57 mg; Fosfor: 679.16 mg; Żelazo: 4.20 mg; Magnez: 121.33 mg;

czwartek 2025-02-27			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa marchwianka z zacierką b/ml 300ml (GLU, SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona 100g (GLU),	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,		Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2035.94 kcal; Białko ogółem: 59.60 g; Tłuszcz ogółem: 66.10 g; Węglowodany ogółem: 310.62 g; Kw. tł. nasycone: 11.44 g; Sól: 5.68 g; Sód: 1373.97 mg; Błonnik: 20.11 g; W tym cukry: 62.72 g; WW: 31.25 Por; Potas: 1816.07 mg; Wapń: 155.85 mg; Fosfor: 507.56 mg; Żelazo: 6.48 mg; Magnez: 127.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i tofu 250g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2134.47 kcal; Białko ogółem: 67.84 g; Tłuszcz ogółem: 47.77 g; Węglowodany ogółem: 321.00 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 6.09 g; Sód: 1873.93 mg; Błonnik: 26.44 g; W tym cukry: 59.74 g; WW: 32.13 Por; Potas: 1806.50 mg; Wapń: 489.57 mg; Fosfor: 867.95 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 230.72 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.79 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1203.78 mg; Błonnik: 19.62 g; W tym cukry: 63.97 g; WW: 32.66 Por; Potas: 1984.82 mg; Wapń: 487.73 mg; Fosfor: 829.77 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.43 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata z cukrem 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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1911.37 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 295.62 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.97 g; Sód: 386.52 mg; Błonnik: 17.65 g; W tym cukry: 91.53 g; WW: 29.86 Por; Potas: 3661.82 mg; Wapń: 158.08 mg; Fosfor: 1123.30 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 242.24 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.79 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1203.78 mg; Błonnik: 19.62 g; W tym cukry: 63.97 g; WW: 32.66 Por; Potas: 1984.82 mg; Wapń: 487.73 mg; Fosfor: 829.77 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.43 mg;

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.27 kcal; Białko ogółem: 72.08 g; Tłuszcz ogółem: 46.12 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; Kw. tł. nasycone: 11.72 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1203.43 mg; Błonnik: 19.66 g; W tym cukry: 64.01 g; WW: 32.67 Por; Potas: 1983.75 mg; Wapń: 488.04 mg; Fosfor: 827.60 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 158.30 mg;

czwartek 2025-02-27		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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 250g , 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata 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: 1908.66 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz ogółem: 48.44 g; Węglowodany ogółem: 257.89 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1384.44 mg; Błonnik: 35.34 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 25.83 Por; Potas: 2412.76 mg; Wapń: 508.61 mg; Fosfor: 1095.79 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 299.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-02-27		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchwianka z ryżem b/ml 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Marchewka duszona 100g ,
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1662.50 kcal; Białko ogółem: 34.50 g; Tłuszcz ogółem: 64.35 g; Węglowodany ogółem: 241.96 g; Kw. tł.
nasycone: 10.39 g; Sól: 1.93 g; Sód: 299.44 mg; Błonnik: 21.79 g; W tym cukry: 47.12 g; WW: 24.25 Por; Potas: 1497.83 mg; Wapń: 134.19
mg; Fosfor: 385.22 mg; Żelazo: 3.93 mg; Magnez: 89.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-27 Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny		
	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 400g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1798.87 kcal; Białko ogółem: 55.40 g; Tłuszcz ogółem: 50.29 g; Węglowodany ogółem: 248.65 g; Kw. tł. nasycone: 5.46 g; Sól: 0.63 g; Sód: 242.44 mg; Błonnik: 17.84 g; W tym cukry: 8.51 g; WW: 24.93 Por; Potas: 1018.16 mg; Wapń: 105.87 mg; Fosfor: 420.45 mg; Żelazo: 2.90 mg; Magnez: 73.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Kiwi 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2735.22 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz ogółem: 63.46 g; Węglowodany ogółem: 408.41 g; Kw. tł. nasycone: 22.34 g; Sól: 5.76 g; Sód: 1961.00 mg; Błonnik: 44.59 g; W tym cukry: 106.24 g; WW: 40.90 Por; Potas: 2095.75 mg; Wapń: 542.88 mg; Fosfor: 1104.50 mg; Żelazo: 9.08 mg; Magnez: 281.15 mg;

piątek 2025-02-28 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</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 wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Kiwi 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2237.38 kcal; Białko ogółem: 79.69 g; Tłuszcz ogółem: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 314.07 g; Kw. tł. nasycone: 19.53 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1970.61 mg; Błonnik: 45.91 g; W tym cukry: 44.58 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2013.30 mg; Wapń: 523.58 mg; Fosfor: 1035.95 mg; Żelazo: 8.61 mg; Magnez: 267.00 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2374.92 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz ogółem: 55.47 g; Węglowodany ogółem: 366.93 g; Kw. tł. nasycone: 20.70 g; Sól: 3.65 g; Sód: 1395.21 mg; Błonnik: 26.43 g; W tym cukry: 87.54 g; WW: 36.87 Por; Potas: 2449.30 mg; Wapń: 543.30 mg; Fosfor: 979.77 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 228.20 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.64 kcal; Białko ogółem: 73.20 g; Tłuszcz ogółem: 55.03 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; Kw. tł. nasycone: 18.52 g; Sól: 3.64 g; Sód: 1395.21 mg; Błonnik: 26.43 g; W tym cukry: 87.54 g; WW: 34.97 Por; Potas: 2449.30 mg; Wapń: 543.30 mg; Fosfor: 979.77 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 228.20 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.81 kcal; Białko ogółem: 43.43 g; Tłuszcz ogółem: 49.04 g; Węglowodany ogółem: 310.07 g; Kw. tł. nasycone: 17.35 g; Sól: 1.58 g; Sód: 567.30 mg; Błonnik: 27.22 g; W tym cukry: 76.95 g; WW: 31.10 Por; Potas: 1709.79 mg; Wapń: 187.96 mg; Fosfor: 418.11 mg; Żelazo: 5.13 mg; Magnez: 111.11 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z płatkami owsianymi z masłem, biszkoptami i bananem (mix g.budyń) 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 z cukrem 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: Kisiel owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2483.42 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz ogółem: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 343.03 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.86 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 124.77 g; WW: 34.63 Por; Potas: 4222.90 mg; Wapń: 794.36 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) (papka) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna (papka) 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku (papka) 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem (papka) 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2350.41 kcal; Białko ogółem: 73.14 g; Tłuszcz ogółem: 50.11 g; Węglowodany ogółem: 366.24 g; Kw. tł. nasycone: 20.31 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1455.75 mg; Błonnik: 28.99 g; W tym cukry: 92.08 g; WW: 36.87 Por; Potas: 2427.20 mg; Wapń: 571.14 mg; Fosfor: 956.12 mg; Żelazo: 9.50 mg; Magnez: 233.48 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek wiejski 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2627.84 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz ogółem: 70.10 g; Węglowodany ogółem: 367.11 g; Kw. tł. nasycone: 30.54 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1674.03 mg; Błonnik: 26.64 g; W tym cukry: 97.76 g; WW: 36.88 Por; Potas: 2615.06 mg; Wapń: 673.16 mg; Fosfor: 1118.04 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 251.31 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 50ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.42 kcal; Białko ogółem: 66.86 g; Tłuszcz ogółem: 44.55 g; Węglowodany ogółem: 326.90 g; Kw. tł. nasycone: 18.20 g; Sól: 3.52 g; Sód: 1344.88 mg; Błonnik: 19.84 g; W tym cukry: 80.27 g; WW: 32.79 Por; Potas: 2101.12 mg; Wapń: 511.77 mg; Fosfor: 913.45 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 209.68 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) b/glu 100g (<i>JAJ, RYB</i>), Ryż na sypko 200g , Warzywa po grecku b/mąki 150ml (<i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2220.21 kcal; Białko ogółem: 57.27 g; Tłuszcz ogółem: 53.69 g; Węglowodany ogółem: 332.88 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 1.81 g; Sód: 658.64 mg; Błonnik: 24.70 g; W tym cukry: 88.97 g; WW: 33.39 Por; Potas: 1978.54 mg; Wapń: 486.06 mg; Fosfor: 623.71 mg; Żelazo: 4.98 mg; Magnez: 121.01 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka z indykiem 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.63 kcal; Białko ogółem: 62.65 g; Tłuszcz ogółem: 57.35 g; Węglowodany ogółem: 378.46 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1142.40 mg; Błonnik: 27.36 g; W tym cukry: 100.55 g; WW: 38.01 Por; Potas: 2102.94 mg; Wapń: 172.36 mg; Fosfor: 495.41 mg; Żelazo: 8.17 mg; Magnez: 159.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-28		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) b/mąki 100g (JAJ, RYB), Ryż na sypko 200g , Warzywa po grecku b/mąki 150ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1751.44 kcal; Białko ogółem: 44.29 g; Tłuszcz ogółem: 51.36 g; Węglowodany ogółem: 283.33 g; Kw. tł. nasycone: 8.62 g; Sól: 2.37 g; Sód: 224.39 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 73.95 g; WW: 28.48 Por; Potas: 1499.89 mg; Wapń: 102.61 mg; Fosfor: 236.11 mg; Żelazo: 4.28 mg; Magnez: 77.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Kiwi 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2735.22 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz ogółem: 63.46 g; Węglowodany ogółem: 408.41 g; Kw. tł. nasycone: 22.34 g; Sól: 5.76 g; Sód: 1961.00 mg; Błonnik: 44.59 g; W tym cukry: 106.24 g; WW: 40.90 Por; Potas: 2095.75 mg; Wapń: 542.88 mg; Fosfor: 1104.50 mg; Żelazo: 9.08 mg; Magnez: 281.15 mg;

piątek 2025-02-28 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</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 wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Kiwi 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2237.38 kcal; Białko ogółem: 79.69 g; Tłuszcz ogółem: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 314.07 g; Kw. tł. nasycone: 19.53 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1970.61 mg; Błonnik: 45.91 g; W tym cukry: 44.58 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2013.30 mg; Wapń: 523.58 mg; Fosfor: 1035.95 mg; Żelazo: 8.61 mg; Magnez: 267.00 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2374.92 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz ogółem: 55.47 g; Węglowodany ogółem: 366.93 g; Kw. tł. nasycone: 20.70 g; Sól: 3.65 g; Sód: 1395.21 mg; Błonnik: 26.43 g; W tym cukry: 87.54 g; WW: 36.87 Por; Potas: 2449.30 mg; Wapń: 543.30 mg; Fosfor: 979.77 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 228.20 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.64 kcal; Białko ogółem: 73.20 g; Tłuszcz ogółem: 55.03 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; Kw. tł. nasycone: 18.52 g; Sól: 3.64 g; Sód: 1395.21 mg; Błonnik: 26.43 g; W tym cukry: 87.54 g; WW: 34.97 Por; Potas: 2449.30 mg; Wapń: 543.30 mg; Fosfor: 979.77 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 228.20 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plasty 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.81 kcal; Białko ogółem: 43.43 g; Tłuszcz ogółem: 49.04 g; Węglowodany ogółem: 310.07 g; Kw. tł. nasycone: 17.35 g; Sól: 1.58 g; Sód: 567.30 mg; Błonnik: 27.22 g; W tym cukry: 76.95 g; WW: 31.10 Por; Potas: 1709.79 mg; Wapń: 187.96 mg; Fosfor: 418.11 mg; Żelazo: 5.13 mg; Magnez: 111.11 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2483.42 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz ogółem: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 343.03 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.86 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 124.77 g; WW: 34.63 Por; Potas: 4222.90 mg; Wapń: 794.36 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2350.41 kcal; Białko ogółem: 73.14 g; Tłuszcz ogółem: 50.11 g; Węglowodany ogółem: 366.24 g; Kw. tł. nasycone: 20.31 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1455.75 mg; Błonnik: 28.99 g; W tym cukry: 92.08 g; WW: 36.87 Por; Potas: 2427.20 mg; Wapń: 571.14 mg; Fosfor: 956.12 mg; Żelazo: 9.50 mg; Magnez: 233.48 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2627.84 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz ogółem: 70.10 g; Węglowodany ogółem: 367.11 g; Kw. tł. nasycone: 30.54 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1674.03 mg; Błonnik: 26.64 g; W tym cukry: 97.76 g; WW: 36.88 Por; Potas: 2615.06 mg; Wapń: 673.16 mg; Fosfor: 1118.04 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 251.31 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.42 kcal; Białko ogółem: 66.86 g; Tłuszcz ogółem: 44.55 g; Węglowodany ogółem: 326.90 g; Kw. tł. nasycone: 18.20 g; Sól: 3.52 g; Sód: 1344.88 mg; Błonnik: 19.84 g; W tym cukry: 80.27 g; WW: 32.79 Por; Potas: 2101.12 mg; Wapń: 511.77 mg; Fosfor: 913.45 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 209.68 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2220.21 kcal; Białko ogółem: 57.27 g; Tłuszcz ogółem: 53.69 g; Węglowodany ogółem: 332.88 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 1.81 g; Sód: 658.64 mg; Błonnik: 24.70 g; W tym cukry: 88.97 g; WW: 33.39 Por; Potas: 1978.54 mg; Wapń: 486.06 mg; Fosfor: 623.71 mg; Żelazo: 4.98 mg; Magnez: 121.01 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.63 kcal; Białko ogółem: 62.65 g; Tłuszcz ogółem: 57.35 g; Węglowodany ogółem: 378.46 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1142.40 mg; Błonnik: 27.36 g; W tym cukry: 100.55 g; WW: 38.01 Por; Potas: 2102.94 mg; Wapń: 172.36 mg; Fosfor: 495.41 mg; Żelazo: 8.17 mg; Magnez: 159.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-28		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) b/mąki 100g (JAJ, RYB), Ryż na sypko 200g , Warzywa po grecku b/mąki 150ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1751.44 kcal; Białko ogółem: 44.29 g; Tłuszcz ogółem: 51.36 g; Węglowodany ogółem: 283.33 g; Kw. tł. nasycone: 8.62 g; Sól: 2.37 g; Sód: 224.39 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 73.95 g; WW: 28.48 Por; Potas: 1499.89 mg; Wapń: 102.61 mg; Fosfor: 236.11 mg; Żelazo: 4.28 mg; Magnez: 77.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMIT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Kiwi 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2735.22 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz ogółem: 63.46 g; Węglowodany ogółem: 408.41 g; Kw. tł. nasycone: 22.34 g; Sól: 5.76 g; Sód: 1961.00 mg; Błonnik: 44.59 g; W tym cukry: 106.24 g; WW: 40.90 Por; Potas: 2095.75 mg; Wapń: 542.88 mg; Fosfor: 1104.50 mg; Żelazo: 9.08 mg; Magnez: 281.15 mg;

piątek 2025-02-28 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</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 wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Kiwi 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2237.38 kcal; Białko ogółem: 79.69 g; Tłuszcz ogółem: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 314.07 g; Kw. tł. nasycone: 19.53 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1970.61 mg; Błonnik: 45.91 g; W tym cukry: 44.58 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2013.30 mg; Wapń: 523.58 mg; Fosfor: 1035.95 mg; Żelazo: 8.61 mg; Magnez: 267.00 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2374.92 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz ogółem: 55.47 g; Węglowodany ogółem: 366.93 g; Kw. tł. nasycone: 20.70 g; Sól: 3.65 g; Sód: 1395.21 mg; Błonnik: 26.43 g; W tym cukry: 87.54 g; WW: 36.87 Por; Potas: 2449.30 mg; Wapń: 543.30 mg; Fosfor: 979.77 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 228.20 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.64 kcal; Białko ogółem: 73.20 g; Tłuszcz ogółem: 55.03 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; Kw. tł. nasycone: 18.52 g; Sól: 3.64 g; Sód: 1395.21 mg; Błonnik: 26.43 g; W tym cukry: 87.54 g; WW: 34.97 Por; Potas: 2449.30 mg; Wapń: 543.30 mg; Fosfor: 979.77 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 228.20 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.81 kcal; Białko ogółem: 43.43 g; Tłuszcz ogółem: 49.04 g; Węglowodany ogółem: 310.07 g; Kw. tł. nasycone: 17.35 g; Sól: 1.58 g; Sód: 567.30 mg; Błonnik: 27.22 g; W tym cukry: 76.95 g; WW: 31.10 Por; Potas: 1709.79 mg; Wapń: 187.96 mg; Fosfor: 418.11 mg; Żelazo: 5.13 mg; Magnez: 111.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-28 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 z cukrem 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 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: 2483.42 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz ogółem: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 343.03 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.86 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 124.77 g; WW: 34.63 Por; Potas: 4222.90 mg; Wapń: 794.36 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) (papka) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna (papka) 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku (papka) 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem (papka) 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2350.41 kcal; Białko ogółem: 73.14 g; Tłuszcz ogółem: 50.11 g; Węglowodany ogółem: 366.24 g; Kw. tł. nasycone: 20.31 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1455.75 mg; Błonnik: 28.99 g; W tym cukry: 92.08 g; WW: 36.87 Por; Potas: 2427.20 mg; Wapń: 571.14 mg; Fosfor: 956.12 mg; Żelazo: 9.50 mg; Magnez: 233.48 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek wiejski 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2627.84 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz ogółem: 70.10 g; Węglowodany ogółem: 367.11 g; Kw. tł. nasycone: 30.54 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1674.03 mg; Błonnik: 26.64 g; W tym cukry: 97.76 g; WW: 36.88 Por; Potas: 2615.06 mg; Wapń: 673.16 mg; Fosfor: 1118.04 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 251.31 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 50ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.42 kcal; Białko ogółem: 66.86 g; Tłuszcz ogółem: 44.55 g; Węglowodany ogółem: 326.90 g; Kw. tł. nasycone: 18.20 g; Sól: 3.52 g; Sód: 1344.88 mg; Błonnik: 19.84 g; W tym cukry: 80.27 g; WW: 32.79 Por; Potas: 2101.12 mg; Wapń: 511.77 mg; Fosfor: 913.45 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 209.68 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) b/glu 100g (<i>JAJ, RYB</i>), Ryż na sypko 200g , Warzywa po grecku b/mąki 150ml (<i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2220.21 kcal; Białko ogółem: 57.27 g; Tłuszcz ogółem: 53.69 g; Węglowodany ogółem: 332.88 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 1.81 g; Sód: 658.64 mg; Błonnik: 24.70 g; W tym cukry: 88.97 g; WW: 33.39 Por; Potas: 1978.54 mg; Wapń: 486.06 mg; Fosfor: 623.71 mg; Żelazo: 4.98 mg; Magnez: 121.01 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka z indykiem 30g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.63 kcal; Białko ogółem: 62.65 g; Tłuszcz ogółem: 57.35 g; Węglowodany ogółem: 378.46 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1142.40 mg; Błonnik: 27.36 g; W tym cukry: 100.55 g; WW: 38.01 Por; Potas: 2102.94 mg; Wapń: 172.36 mg; Fosfor: 495.41 mg; Żelazo: 8.17 mg; Magnez: 159.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2461.35 kcal; Białko ogółem: 72.04 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 365.23 g; Kw. tł. nasycone: 21.86 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1581.96 mg; Błonnik: 39.63 g; W tym cukry: 88.93 g; WW: 36.57 Por; Potas: 1553.15 mg; Wapń: 504.98 mg; Fosfor: 993.05 mg; Żelazo: 7.37 mg; Magnez: 238.50 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2330.31 kcal; Białko ogółem: 70.73 g; Tłuszcz ogółem: 49.90 g; Węglowodany ogółem: 362.92 g; Kw. tł. nasycone: 20.25 g; Sól: 3.77 g; Sód: 1445.61 mg; Błonnik: 26.36 g; W tym cukry: 92.28 g; WW: 36.47 Por; Potas: 2451.04 mg; Wapń: 535.66 mg; Fosfor: 935.26 mg; Żelazo: 9.03 mg; Magnez: 224.05 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata z cukrem 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 z cukrem 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: 2473.01 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 399.92 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.12 g; Sód: 444.69 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 103.56 g; WW: 40.33 Por; Potas: 4491.10 mg; Wapń: 195.39 mg; Fosfor: 1390.92 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2330.31 kcal; Białko ogółem: 70.73 g; Tłuszcz ogółem: 49.90 g; Węglowodany ogółem: 362.92 g; Kw. tł. nasycone: 20.25 g; Sól: 3.77 g; Sód: 1445.61 mg; Błonnik: 26.36 g; W tym cukry: 92.28 g; WW: 36.47 Por; Potas: 2451.04 mg; Wapń: 535.66 mg; Fosfor: 935.26 mg; Żelazo: 9.03 mg; Magnez: 224.05 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2253.51 kcal; Białko ogółem: 70.63 g; Tłuszcz ogółem: 49.14 g; Węglowodany ogółem: 361.89 g; Kw. tł. nasycone: 19.75 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1439.55 mg; Błonnik: 25.84 g; W tym cukry: 91.92 g; WW: 36.37 Por; Potas: 2418.94 mg; Wapń: 536.86 mg; Fosfor: 932.66 mg; Żelazo: 8.94 mg; Magnez: 222.26 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 30ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 40g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1997.63 kcal; Białko ogółem: 66.77 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 275.93 g; Kw. tł. nasycone: 16.84 g; Sól: 4.93 g; Sód: 1635.71 mg; Błonnik: 36.80 g; W tym cukry: 38.37 g; WW: 27.63 Por; Potas: 2342.20 mg; Wapń: 297.26 mg; Fosfor: 914.92 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 272.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-28		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) b/mąki 100g (JAJ, RYB), Ryż na sypko 200g , Warzywa po grecku b/mąki 150ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1751.44 kcal; Białko ogółem: 44.29 g; Tłuszcz ogółem: 51.36 g; Węglowodany ogółem: 283.33 g; Kw. tł. nasycone: 8.62 g; Sól: 2.37 g; Sód: 224.39 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 73.95 g; WW: 28.48 Por; Potas: 1499.89 mg; Wapń: 102.61 mg; Fosfor: 236.11 mg; Żelazo: 4.28 mg; Magnez: 77.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Kiwi 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2735.22 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz ogółem: 63.46 g; Węglowodany ogółem: 408.41 g; Kw. tł. nasycone: 22.34 g; Sól: 5.76 g; Sód: 1961.00 mg; Błonnik: 44.59 g; W tym cukry: 106.24 g; WW: 40.90 Por; Potas: 2095.75 mg; Wapń: 542.88 mg; Fosfor: 1104.50 mg; Żelazo: 9.08 mg; Magnez: 281.15 mg;

piątek 2025-02-28 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</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 wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Kiwi 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2237.38 kcal; Białko ogółem: 79.69 g; Tłuszcz ogółem: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 314.07 g; Kw. tł. nasycone: 19.53 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1970.61 mg; Błonnik: 45.91 g; W tym cukry: 44.58 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2013.30 mg; Wapń: 523.58 mg; Fosfor: 1035.95 mg; Żelazo: 8.61 mg; Magnez: 267.00 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2374.92 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz ogółem: 55.47 g; Węglowodany ogółem: 366.93 g; Kw. tł. nasycone: 20.70 g; Sól: 3.65 g; Sód: 1395.21 mg; Błonnik: 26.43 g; W tym cukry: 87.54 g; WW: 36.87 Por; Potas: 2449.30 mg; Wapń: 543.30 mg; Fosfor: 979.77 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 228.20 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.64 kcal; Białko ogółem: 73.20 g; Tłuszcz ogółem: 55.03 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; Kw. tł. nasycone: 18.52 g; Sól: 3.64 g; Sód: 1395.21 mg; Błonnik: 26.43 g; W tym cukry: 87.54 g; WW: 34.97 Por; Potas: 2449.30 mg; Wapń: 543.30 mg; Fosfor: 979.77 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 228.20 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plasty 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.81 kcal; Białko ogółem: 43.43 g; Tłuszcz ogółem: 49.04 g; Węglowodany ogółem: 310.07 g; Kw. tł. nasycone: 17.35 g; Sól: 1.58 g; Sód: 567.30 mg; Błonnik: 27.22 g; W tym cukry: 76.95 g; WW: 31.10 Por; Potas: 1709.79 mg; Wapń: 187.96 mg; Fosfor: 418.11 mg; Żelazo: 5.13 mg; Magnez: 111.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-28 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 z cukrem 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 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: 2483.42 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz ogółem: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 343.03 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.86 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 124.77 g; WW: 34.63 Por; Potas: 4222.90 mg; Wapń: 794.36 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) (papka) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna (papka) 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku (papka) 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem (papka) 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2350.41 kcal; Białko ogółem: 73.14 g; Tłuszcz ogółem: 50.11 g; Węglowodany ogółem: 366.24 g; Kw. tł. nasycone: 20.31 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1455.75 mg; Błonnik: 28.99 g; W tym cukry: 92.08 g; WW: 36.87 Por; Potas: 2427.20 mg; Wapń: 571.14 mg; Fosfor: 956.12 mg; Żelazo: 9.50 mg; Magnez: 233.48 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek wiejski 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2627.84 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz ogółem: 70.10 g; Węglowodany ogółem: 367.11 g; Kw. tł. nasycone: 30.54 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1674.03 mg; Błonnik: 26.64 g; W tym cukry: 97.76 g; WW: 36.88 Por; Potas: 2615.06 mg; Wapń: 673.16 mg; Fosfor: 1118.04 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 251.31 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 50ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.42 kcal; Białko ogółem: 66.86 g; Tłuszcz ogółem: 44.55 g; Węglowodany ogółem: 326.90 g; Kw. tł. nasycone: 18.20 g; Sól: 3.52 g; Sód: 1344.88 mg; Błonnik: 19.84 g; W tym cukry: 80.27 g; WW: 32.79 Por; Potas: 2101.12 mg; Wapń: 511.77 mg; Fosfor: 913.45 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 209.68 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) b/glu 100g (<i>JAJ, RYB</i>), Ryż na sypko 200g , Warzywa po grecku b/mąki 150ml (<i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2220.21 kcal; Białko ogółem: 57.27 g; Tłuszcz ogółem: 53.69 g; Węglowodany ogółem: 332.88 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 1.81 g; Sód: 658.64 mg; Błonnik: 24.70 g; W tym cukry: 88.97 g; WW: 33.39 Por; Potas: 1978.54 mg; Wapń: 486.06 mg; Fosfor: 623.71 mg; Żelazo: 4.98 mg; Magnez: 121.01 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka z indykiem 30g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.63 kcal; Białko ogółem: 62.65 g; Tłuszcz ogółem: 57.35 g; Węglowodany ogółem: 378.46 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1142.40 mg; Błonnik: 27.36 g; W tym cukry: 100.55 g; WW: 38.01 Por; Potas: 2102.94 mg; Wapń: 172.36 mg; Fosfor: 495.41 mg; Żelazo: 8.17 mg; Magnez: 159.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-28			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,			Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2461.35 kcal; Białko ogółem: 72.04 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 365.23 g; Kw. tł. nasycone: 21.86 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1581.96 mg; Błonnik: 39.63 g; W tym cukry: 88.93 g; WW: 36.57 Por; Potas: 1553.15 mg; Wapń: 504.98 mg; Fosfor: 993.05 mg; Żelazo: 7.37 mg; Magnez: 238.50 mg;

piątek 2025-02-28			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,			Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2330.31 kcal; Białko ogółem: 70.73 g; Tłuszcz ogółem: 49.90 g; Węglowodany ogółem: 362.92 g; Kw. tł. nasycone: 20.25 g; Sól: 3.77 g; Sód: 1445.61 mg; Błonnik: 26.36 g; W tym cukry: 92.28 g; WW: 36.47 Por; Potas: 2451.04 mg; Wapń: 535.66 mg; Fosfor: 935.26 mg; Żelazo: 9.03 mg; Magnez: 224.05 mg;

piątek 2025-02-28			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml ,			Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 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: 2473.01 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 399.92 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.12 g; Sód: 444.69 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 103.56 g; WW: 40.33 Por; Potas: 4491.10 mg; Wapń: 195.39 mg; Fosfor: 1390.92 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-02-28			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,			Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2330.31 kcal; Białko ogółem: 70.73 g; Tłuszcz ogółem: 49.90 g; Węglowodany ogółem: 362.92 g; Kw. tł. nasycone: 20.25 g; Sól: 3.77 g; Sód: 1445.61 mg; Błonnik: 26.36 g; W tym cukry: 92.28 g; WW: 36.47 Por; Potas: 2451.04 mg; Wapń: 535.66 mg; Fosfor: 935.26 mg; Żelazo: 9.03 mg; Magnez: 224.05 mg;

piątek 2025-02-28			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,			Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2253.51 kcal; Białko ogółem: 70.63 g; Tłuszcz ogółem: 49.14 g; Węglowodany ogółem: 361.89 g; Kw. tł. nasycone: 19.75 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1439.55 mg; Błonnik: 25.84 g; W tym cukry: 91.92 g; WW: 36.37 Por; Potas: 2418.94 mg; Wapń: 536.86 mg; Fosfor: 932.66 mg; Żelazo: 8.94 mg; Magnez: 222.26 mg;

piątek 2025-02-28			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 30ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</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>), 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>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1997.63 kcal; Białko ogółem: 66.77 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 275.93 g; Kw. tł. nasycone: 16.84 g; Sól: 4.93 g; Sód: 1635.71 mg; Błonnik: 36.80 g; W tym cukry: 38.37 g; WW: 27.63 Por; Potas: 2342.20 mg; Wapń: 297.26 mg; Fosfor: 914.92 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 272.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-28		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) b/mąki 100g (JAJ, RYB), Ryż na sypko 200g , Warzywa po grecku b/mąki 150ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1751.44 kcal; Białko ogółem: 44.29 g; Tłuszcz ogółem: 51.36 g; Węglowodany ogółem: 283.33 g; Kw. tł. nasycone: 8.62 g; Sól: 2.37 g; Sód: 224.39 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 73.95 g; WW: 28.48 Por; Potas: 1499.89 mg; Wapń: 102.61 mg; Fosfor: 236.11 mg; Żelazo: 4.28 mg; Magnez: 77.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Kiwi 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2735.22 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz ogółem: 63.46 g; Węglowodany ogółem: 408.41 g; Kw. tł. nasycone: 22.34 g; Sól: 5.76 g; Sód: 1961.00 mg; Błonnik: 44.59 g; W tym cukry: 106.24 g; WW: 40.90 Por; Potas: 2095.75 mg; Wapń: 542.88 mg; Fosfor: 1104.50 mg; Żelazo: 9.08 mg; Magnez: 281.15 mg;

piątek 2025-02-28 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</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 wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Kiwi 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2237.38 kcal; Białko ogółem: 79.69 g; Tłuszcz ogółem: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 314.07 g; Kw. tł. nasycone: 19.53 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1970.61 mg; Błonnik: 45.91 g; W tym cukry: 44.58 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2013.30 mg; Wapń: 523.58 mg; Fosfor: 1035.95 mg; Żelazo: 8.61 mg; Magnez: 267.00 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2374.92 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz ogółem: 55.47 g; Węglowodany ogółem: 366.93 g; Kw. tł. nasycone: 20.70 g; Sól: 3.65 g; Sód: 1395.21 mg; Błonnik: 26.43 g; W tym cukry: 87.54 g; WW: 36.87 Por; Potas: 2449.30 mg; Wapń: 543.30 mg; Fosfor: 979.77 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 228.20 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.64 kcal; Białko ogółem: 73.20 g; Tłuszcz ogółem: 55.03 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; Kw. tł. nasycone: 18.52 g; Sól: 3.64 g; Sód: 1395.21 mg; Błonnik: 26.43 g; W tym cukry: 87.54 g; WW: 34.97 Por; Potas: 2449.30 mg; Wapń: 543.30 mg; Fosfor: 979.77 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 228.20 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.81 kcal; Białko ogółem: 43.43 g; Tłuszcz ogółem: 49.04 g; Węglowodany ogółem: 310.07 g; Kw. tł. nasycone: 17.35 g; Sól: 1.58 g; Sód: 567.30 mg; Błonnik: 27.22 g; W tym cukry: 76.95 g; WW: 31.10 Por; Potas: 1709.79 mg; Wapń: 187.96 mg; Fosfor: 418.11 mg; Żelazo: 5.13 mg; Magnez: 111.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-28Jadłospis 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 z cukrem 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 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: 2483.42 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz ogółem: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 343.03 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.86 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 124.77 g; WW: 34.63 Por; Potas: 4222.90 mg; Wapń: 794.36 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-02-28Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) (papka) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna (papka) 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku (papka) 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem (papka) 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2350.41 kcal; Białko ogółem: 73.14 g; Tłuszcz ogółem: 50.11 g; Węglowodany ogółem: 366.24 g; Kw. tł. nasycone: 20.31 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1455.75 mg; Błonnik: 28.99 g; W tym cukry: 92.08 g; WW: 36.87 Por; Potas: 2427.20 mg; Wapń: 571.14 mg; Fosfor: 956.12 mg; Żelazo: 9.50 mg; Magnez: 233.48 mg;

piątek 2025-02-28Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek wiejski 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2627.84 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz ogółem: 70.10 g; Węglowodany ogółem: 367.11 g; Kw. tł. nasycone: 30.54 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1674.03 mg; Błonnik: 26.64 g; W tym cukry: 97.76 g; WW: 36.88 Por; Potas: 2615.06 mg; Wapń: 673.16 mg; Fosfor: 1118.04 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 251.31 mg;

piątek 2025-02-28Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 50ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.42 kcal; Białko ogółem: 66.86 g; Tłuszcz ogółem: 44.55 g; Węglowodany ogółem: 326.90 g; Kw. tł. nasycone: 18.20 g; Sól: 3.52 g; Sód: 1344.88 mg; Błonnik: 19.84 g; W tym cukry: 80.27 g; WW: 32.79 Por; Potas: 2101.12 mg; Wapń: 511.77 mg; Fosfor: 913.45 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 209.68 mg;

piątek 2025-02-28Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) b/glu 100g (<i>JAJ, RYB</i>), Ryż na sypko 200g , Warzywa po grecku b/mąki 150ml (<i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2220.21 kcal; Białko ogółem: 57.27 g; Tłuszcz ogółem: 53.69 g; Węglowodany ogółem: 332.88 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 1.81 g; Sód: 658.64 mg; Błonnik: 24.70 g; W tym cukry: 88.97 g; WW: 33.39 Por; Potas: 1978.54 mg; Wapń: 486.06 mg; Fosfor: 623.71 mg; Żelazo: 4.98 mg; Magnez: 121.01 mg;

piątek 2025-02-28Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka z indykiem 30g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.63 kcal; Białko ogółem: 62.65 g; Tłuszcz ogółem: 57.35 g; Węglowodany ogółem: 378.46 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1142.40 mg; Błonnik: 27.36 g; W tym cukry: 100.55 g; WW: 38.01 Por; Potas: 2102.94 mg; Wapń: 172.36 mg; Fosfor: 495.41 mg; Żelazo: 8.17 mg; Magnez: 159.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-28			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,			Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2461.35 kcal; Białko ogółem: 72.04 g; Tłuszcz ogółem: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 365.23 g; Kw. tł. nasycone: 21.86 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1581.96 mg; Błonnik: 39.63 g; W tym cukry: 88.93 g; WW: 36.57 Por; Potas: 1553.15 mg; Wapń: 504.98 mg; Fosfor: 993.05 mg; Żelazo: 7.37 mg; Magnez: 238.50 mg;

piątek 2025-02-28			Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,			Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2330.31 kcal; Białko ogółem: 70.73 g; Tłuszcz ogółem: 49.90 g; Węglowodany ogółem: 362.92 g; Kw. tł. nasycone: 20.25 g; Sól: 3.77 g; Sód: 1445.61 mg; Błonnik: 26.36 g; W tym cukry: 92.28 g; WW: 36.47 Por; Potas: 2451.04 mg; Wapń: 535.66 mg; Fosfor: 935.26 mg; Żelazo: 9.03 mg; Magnez: 224.05 mg;

piątek 2025-02-28			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml ,			Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 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: 2473.01 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 399.92 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.12 g; Sód: 444.69 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 103.56 g; WW: 40.33 Por; Potas: 4491.10 mg; Wapń: 195.39 mg; Fosfor: 1390.92 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-02-28			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,			Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2330.31 kcal; Białko ogółem: 70.73 g; Tłuszcz ogółem: 49.90 g; Węglowodany ogółem: 362.92 g; Kw. tł. nasycone: 20.25 g; Sól: 3.77 g; Sód: 1445.61 mg; Błonnik: 26.36 g; W tym cukry: 92.28 g; WW: 36.47 Por; Potas: 2451.04 mg; Wapń: 535.66 mg; Fosfor: 935.26 mg; Żelazo: 9.03 mg; Magnez: 224.05 mg;

piątek 2025-02-28			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,			Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2253.51 kcal; Białko ogółem: 70.63 g; Tłuszcz ogółem: 49.14 g; Węglowodany ogółem: 361.89 g; Kw. tł. nasycone: 19.75 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1439.55 mg; Błonnik: 25.84 g; W tym cukry: 91.92 g; WW: 36.37 Por; Potas: 2418.94 mg; Wapń: 536.86 mg; Fosfor: 932.66 mg; Żelazo: 8.94 mg; Magnez: 222.26 mg;

piątek 2025-02-28			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 30ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</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>), 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>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1997.63 kcal; Białko ogółem: 66.77 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 275.93 g; Kw. tł. nasycone: 16.84 g; Sól: 4.93 g; Sód: 1635.71 mg; Błonnik: 36.80 g; W tym cukry: 38.37 g; WW: 27.63 Por; Potas: 2342.20 mg; Wapń: 297.26 mg; Fosfor: 914.92 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 272.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-28		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) b/mąki 100g (JAJ, RYB), Ryż na sypko 200g , Warzywa po grecku b/mąki 150ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1751.44 kcal; Białko ogółem: 44.29 g; Tłuszcz ogółem: 51.36 g; Węglowodany ogółem: 283.33 g; Kw. tł. nasycone: 8.62 g; Sól: 2.37 g; Sód: 224.39 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 73.95 g; WW: 28.48 Por; Potas: 1499.89 mg; Wapń: 102.61 mg; Fosfor: 236.11 mg; Żelazo: 4.28 mg; Magnez: 77.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Kiwi 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2735.22 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz ogółem: 63.46 g; Węglowodany ogółem: 408.41 g; Kw. tł. nasycone: 22.34 g; Sól: 5.76 g; Sód: 1961.00 mg; Błonnik: 44.59 g; W tym cukry: 106.24 g; WW: 40.90 Por; Potas: 2095.75 mg; Wapń: 542.88 mg; Fosfor: 1104.50 mg; Żelazo: 9.08 mg; Magnez: 281.15 mg;

piątek 2025-02-28 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</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 wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Kiwi 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2237.38 kcal; Białko ogółem: 79.69 g; Tłuszcz ogółem: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 314.07 g; Kw. tł. nasycone: 19.53 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1970.61 mg; Błonnik: 45.91 g; W tym cukry: 44.58 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2013.30 mg; Wapń: 523.58 mg; Fosfor: 1035.95 mg; Żelazo: 8.61 mg; Magnez: 267.00 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2374.92 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz ogółem: 55.47 g; Węglowodany ogółem: 366.93 g; Kw. tł. nasycone: 20.70 g; Sól: 3.65 g; Sód: 1395.21 mg; Błonnik: 26.43 g; W tym cukry: 87.54 g; WW: 36.87 Por; Potas: 2449.30 mg; Wapń: 543.30 mg; Fosfor: 979.77 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 228.20 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 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 ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2261.64 kcal; Białko ogółem: 73.20 g; Tłuszcz ogółem: 55.03 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; Kw. tł. nasycone: 18.52 g; Sól: 3.64 g; Sód: 1395.21 mg; Błonnik: 26.43 g; W tym cukry: 87.54 g; WW: 34.97 Por; Potas: 2449.30 mg; Wapń: 543.30 mg; Fosfor: 979.77 mg; Żelazo: 8.11 mg; Magnez: 228.20 mg;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plasty 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.81 kcal; Białko ogółem: 43.43 g; Tłuszcz ogółem: 49.04 g; Węglowodany ogółem: 310.07 g; Kw. tł. nasycone: 17.35 g; Sól: 1.58 g; Sód: 567.30 mg; Błonnik: 27.22 g; W tym cukry: 76.95 g; WW: 31.10 Por; Potas: 1709.79 mg; Wapń: 187.96 mg; Fosfor: 418.11 mg; Żelazo: 5.13 mg; Magnez: 111.11 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2483.42 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz ogółem: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 343.03 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.86 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 124.77 g; WW: 34.63 Por; Potas: 4222.90 mg; Wapń: 794.36 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2350.41 kcal; Białko ogółem: 73.14 g; Tłuszcz ogółem: 50.11 g; Węglowodany ogółem: 366.24 g; Kw. tł. nasycone: 20.31 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1455.75 mg; Błonnik: 28.99 g; W tym cukry: 92.08 g; WW: 36.87 Por; Potas: 2427.20 mg; Wapń: 571.14 mg; Fosfor: 956.12 mg; Żelazo: 9.50 mg; Magnez: 233.48 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2627.84 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz ogółem: 70.10 g; Węglowodany ogółem: 367.11 g; Kw. tł. nasycone: 30.54 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1674.03 mg; Błonnik: 26.64 g; W tym cukry: 97.76 g; WW: 36.88 Por; Potas: 2615.06 mg; Wapń: 673.16 mg; Fosfor: 1118.04 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 251.31 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.42 kcal; Białko ogółem: 66.86 g; Tłuszcz ogółem: 44.55 g; Węglowodany ogółem: 326.90 g; Kw. tł. nasycone: 18.20 g; Sól: 3.52 g; Sód: 1344.88 mg; Błonnik: 19.84 g; W tym cukry: 80.27 g; WW: 32.79 Por; Potas: 2101.12 mg; Wapń: 511.77 mg; Fosfor: 913.45 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 209.68 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2220.21 kcal; Białko ogółem: 57.27 g; Tłuszcz ogółem: 53.69 g; Węglowodany ogółem: 332.88 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 1.81 g; Sód: 658.64 mg; Błonnik: 24.70 g; W tym cukry: 88.97 g; WW: 33.39 Por; Potas: 1978.54 mg; Wapń: 486.06 mg; Fosfor: 623.71 mg; Żelazo: 4.98 mg; Magnez: 121.01 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.63 kcal; Białko ogółem: 62.65 g; Tłuszcz ogółem: 57.35 g; Węglowodany ogółem: 378.46 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 4.79 g; Sód: 1142.40 mg; Błonnik: 27.36 g; W tym cukry: 100.55 g; WW: 38.01 Por; Potas: 2102.94 mg; Wapń: 172.36 mg; Fosfor: 495.41 mg; Żelazo: 8.17 mg; Magnez: 159.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-28		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) b/mąki 100g (JAJ, RYB), Ryż na sypko 200g , Warzywa po grecku b/mąki 150ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1751.44 kcal; Białko ogółem: 44.29 g; Tłuszcz ogółem: 51.36 g; Węglowodany ogółem: 283.33 g; Kw. tł. nasycone: 8.62 g; Sól: 2.37 g; Sód: 224.39 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 73.95 g; WW: 28.48 Por; Potas: 1499.89 mg; Wapń: 102.61 mg; Fosfor: 236.11 mg; Żelazo: 4.28 mg; Magnez: 77.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny		
	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1897.24 kcal; Białko ogółem: 58.01 g; Tłuszcz ogółem: 47.71 g; Węglowodany ogółem: 282.28 g; Kw. tł. nasycone: 4.58 g; Sól: 0.46 g; Sód: 158.40 mg; Błonnik: 27.42 g; W tym cukry: 13.51 g; WW: 28.32 Por; Potas: 1975.70 mg; Wapń: 183.58 mg; Fosfor: 522.79 mg; Żelazo: 6.48 mg; Magnez: 172.80 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet schabowy smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser topiony 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2764.56 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz ogółem: 72.17 g; Węglowodany ogółem: 383.85 g; Kw. tł. nasycone: 22.64 g; Sól: 8.31 g; Sód: 2698.00 mg; Błonnik: 32.99 g; W tym cukry: 99.16 g; WW: 38.50 Por; Potas: 2389.97 mg; Wapń: 973.18 mg; Fosfor: 1241.83 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 281.89 mg;

sobota 2025-03-01 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 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Salatką 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 kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.06 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz ogółem: 60.04 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; Kw. tł. nasycone: 21.06 g; Sól: 8.16 g; Sód: 2435.46 mg; Błonnik: 39.96 g; W tym cukry: 45.73 g; WW: 28.68 Por; Potas: 2579.14 mg; Wapń: 873.87 mg; Fosfor: 1326.00 mg; Żelazo: 12.29 mg; Magnez: 385.15 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2485.39 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz ogółem: 52.48 g; Węglowodany ogółem: 372.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.69 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1104.63 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 89.85 g; WW: 37.56 Por; Potas: 2032.59 mg; Wapń: 531.92 mg; Fosfor: 846.23 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 164.08 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2338.69 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz ogółem: 52.57 g; Węglowodany ogółem: 343.44 g; Kw. tł. nasycone: 15.82 g; Sól: 4.14 g; Sód: 1104.63 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 89.85 g; WW: 34.56 Por; Potas: 2032.59 mg; Wapń: 531.92 mg; Fosfor: 846.23 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 164.08 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1997.88 kcal; Białko ogółem: 52.53 g; Tłuszcz ogółem: 44.45 g; Węglowodany ogółem: 299.30 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 2.12 g; Sód: 223.24 mg; Błonnik: 22.17 g; W tym cukry: 77.75 g; WW: 30.09 Por; Potas: 1607.14 mg; Wapń: 205.15 mg; Fosfor: 423.14 mg; Żelazo: 6.03 mg; Magnez: 96.67 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

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 1szt ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Kcal: 2152.58 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz ogółem: 66.09 g; Węglowodany ogółem: 273.96 g; Kw. tł. nasycone: 21.33 g; Sól: 1.95 g; Sód: 684.01 mg; Błonnik: 18.38 g; W tym cukry: 72.96 g; WW: 27.71 Por; Potas: 4086.90 mg; Wapń: 654.06 mg; Fosfor: 1309.13 mg; Żelazo: 6.69 mg; Magnez: 268.34 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem (papka) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze (papka) 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2259.07 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 357.34 g; Kw. tł. nasycone: 12.81 g; Sól: 3.03 g; Sód: 1140.40 mg; Błonnik: 24.99 g; W tym cukry: 87.24 g; WW: 36.07 Por; Potas: 2268.84 mg; Wapń: 536.39 mg; Fosfor: 979.16 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 182.55 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2373.53 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz ogółem: 48.43 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; Kw. tł. nasycone: 12.46 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1130.24 mg; Błonnik: 19.35 g; W tym cukry: 93.96 g; WW: 35.23 Por; Potas: 2343.35 mg; Wapń: 580.36 mg; Fosfor: 951.34 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 175.70 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.42 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz ogółem: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1098.24 mg; Błonnik: 15.46 g; W tym cukry: 87.51 g; WW: 33.73 Por; Potas: 1775.79 mg; Wapń: 468.32 mg; Fosfor: 803.03 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 142.48 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2236.40 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz ogółem: 54.01 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; Kw. tł. nasycone: 13.15 g; Sól: 1.85 g; Sód: 346.75 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 89.97 g; WW: 31.80 Por; Potas: 2144.01 mg; Wapń: 507.39 mg; Fosfor: 742.19 mg; Żelazo: 6.84 mg; Magnez: 136.04 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Cykoria 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2402.82 kcal; Białko ogółem: 73.53 g; Tłuszcz ogółem: 71.29 g; Węglowodany ogółem: 376.15 g; Kw. tł. nasycone: 13.75 g; Sól: 5.16 g; Sód: 1097.88 mg; Błonnik: 22.52 g; W tym cukry: 127.04 g; WW: 37.93 Por; Potas: 2719.58 mg; Wapń: 219.78 mg; Fosfor: 583.11 mg; Żelazo: 9.66 mg; Magnez: 207.10 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet sojowy ala schabowy smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ</i>), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2357.67 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz ogółem: 55.42 g; Węglowodany ogółem: 350.41 g; Kw. tł. nasycone: 24.21 g; Sól: 6.08 g; Sód: 2351.36 mg; Błonnik: 33.12 g; W tym cukry: 90.43 g; WW: 35.14 Por; Potas: 2077.44 mg; Wapń: 862.40 mg; Fosfor: 1052.95 mg; Żelazo: 9.41 mg; Magnez: 254.34 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2368.06 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.31 g; Węglowodany ogółem: 353.00 g; Kw. tł. nasycone: 13.85 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1128.96 mg; Błonnik: 19.19 g; W tym cukry: 92.48 g; WW: 35.55 Por; Potas: 2393.07 mg; Wapń: 540.83 mg; Fosfor: 908.56 mg; Żelazo: 9.29 mg; Magnez: 176.22 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn		
Herbata z cukrem 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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.77 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz ogółem: 45.42 g; Węglowodany ogółem: 298.56 g; Kw. tł. nasycone: 3.86 g; Sól: 1.45 g; Sód: 579.52 mg; Błonnik: 18.75 g; W tym cukry: 94.13 g; WW: 30.16 Por; Potas: 3921.82 mg; Wapń: 166.08 mg; Fosfor: 1142.30 mg; Żelazo: 6.76 mg; Magnez: 251.24 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2368.06 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.31 g; Węglowodany ogółem: 353.00 g; Kw. tł. nasycone: 13.85 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1128.96 mg; Błonnik: 19.19 g; W tym cukry: 92.48 g; WW: 35.55 Por; Potas: 2393.07 mg; Wapń: 540.83 mg; Fosfor: 908.56 mg; Żelazo: 9.29 mg; Magnez: 176.22 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2300.26 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; Tłuszcz ogółem: 45.38 g; Węglowodany ogółem: 356.80 g; Kw. tł. nasycone: 12.59 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1111.97 mg; Błonnik: 19.32 g; W tym cukry: 92.48 g; WW: 35.94 Por; Potas: 2291.47 mg; Wapń: 540.18 mg; Fosfor: 865.51 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 171.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01Jadłospis 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>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<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 graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.48 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz ogółem: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 286.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.71 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1363.46 mg; Błonnik: 38.28 g; W tym cukry: 48.52 g; WW: 28.88 Por; Potas: 2740.20 mg; Wapń: 580.12 mg; Fosfor: 1173.94 mg; Żelazo: 12.30 mg; Magnez: 342.72 mg;

sobota 2025-03-01Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Cykoria 20g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1891.40 kcal; Białko ogółem: 58.64 g; Tłuszcz ogółem: 65.69 g; Węglowodany ogółem: 268.52 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 2.22 g; Sód: 196.19 mg; Błonnik: 21.05 g; W tym cukry: 74.91 g; WW: 26.97 Por; Potas: 2331.48 mg; Wapń: 186.13 mg; Fosfor: 478.75 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 129.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszemno-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>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet schabowy smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszemno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser topiony 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2764.56 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz ogółem: 72.17 g; Węglowodany ogółem: 383.85 g; Kw. tł. nasycone: 22.64 g; Sól: 8.31 g; Sód: 2698.00 mg; Błonnik: 32.99 g; W tym cukry: 99.16 g; WW: 38.50 Por; Potas: 2389.97 mg; Wapń: 973.18 mg; Fosfor: 1241.83 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 281.89 mg;

sobota 2025-03-01 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 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Salatką 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 kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.06 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz ogółem: 60.04 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; Kw. tł. nasycone: 21.06 g; Sól: 8.16 g; Sód: 2435.46 mg; Błonnik: 39.96 g; W tym cukry: 45.73 g; WW: 28.68 Por; Potas: 2579.14 mg; Wapń: 873.87 mg; Fosfor: 1326.00 mg; Żelazo: 12.29 mg; Magnez: 385.15 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2485.39 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz ogółem: 52.48 g; Węglowodany ogółem: 372.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.69 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1104.63 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 89.85 g; WW: 37.56 Por; Potas: 2032.59 mg; Wapń: 531.92 mg; Fosfor: 846.23 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 164.08 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2338.69 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz ogółem: 52.57 g; Węglowodany ogółem: 343.44 g; Kw. tł. nasycone: 15.82 g; Sól: 4.14 g; Sód: 1104.63 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 89.85 g; WW: 34.56 Por; Potas: 2032.59 mg; Wapń: 531.92 mg; Fosfor: 846.23 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 164.08 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1997.88 kcal; Białko ogółem: 52.53 g; Tłuszcz ogółem: 44.45 g; Węglowodany ogółem: 299.30 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 2.12 g; Sód: 223.24 mg; Błonnik: 22.17 g; W tym cukry: 77.75 g; WW: 30.09 Por; Potas: 1607.14 mg; Wapń: 205.15 mg; Fosfor: 423.14 mg; Żelazo: 6.03 mg; Magnez: 96.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2152.58 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz ogółem: 66.09 g; Węglowodany ogółem: 273.96 g; Kw. tł. nasycone: 21.33 g; Sól: 1.95 g; Sód: 684.01 mg; Błonnik: 18.38 g; W tym cukry: 72.96 g; WW: 27.71 Por; Potas: 4086.90 mg; Wapń: 654.06 mg; Fosfor: 1309.13 mg; Żelazo: 6.69 mg; Magnez: 268.34 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem (papka) 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami (papka) 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze (papka) 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2259.07 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 357.34 g; Kw. tł. nasycone: 12.81 g; Sól: 3.03 g; Sód: 1140.40 mg; Błonnik: 24.99 g; W tym cukry: 87.24 g; WW: 36.07 Por; Potas: 2268.84 mg; Wapń: 536.39 mg; Fosfor: 979.16 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 182.55 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2373.53 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz ogółem: 48.43 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; Kw. tł. nasycone: 12.46 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1130.24 mg; Błonnik: 19.35 g; W tym cukry: 93.96 g; WW: 35.23 Por; Potas: 2343.35 mg; Wapń: 580.36 mg; Fosfor: 951.34 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 175.70 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.42 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz ogółem: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1098.24 mg; Błonnik: 15.46 g; W tym cukry: 87.51 g; WW: 33.73 Por; Potas: 1775.79 mg; Wapń: 468.32 mg; Fosfor: 803.03 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 142.48 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2236.40 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz ogółem: 54.01 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; Kw. tł. nasycone: 13.15 g; Sól: 1.85 g; Sód: 346.75 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 89.97 g; WW: 31.80 Por; Potas: 2144.01 mg; Wapń: 507.39 mg; Fosfor: 742.19 mg; Żelazo: 6.84 mg; Magnez: 136.04 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Cykoria 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2402.82 kcal; Białko ogółem: 73.53 g; Tłuszcz ogółem: 71.29 g; Węglowodany ogółem: 376.15 g; Kw. tł. nasycone: 13.75 g; Sól: 5.16 g; Sód: 1097.88 mg; Błonnik: 22.52 g; W tym cukry: 127.04 g; WW: 37.93 Por; Potas: 2719.58 mg; Wapń: 219.78 mg; Fosfor: 583.11 mg; Żelazo: 9.66 mg; Magnez: 207.10 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01 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>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<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 graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.48 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz ogółem: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 286.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.71 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1363.46 mg; Błonnik: 38.28 g; W tym cukry: 48.52 g; WW: 28.88 Por; Potas: 2740.20 mg; Wapń: 580.12 mg; Fosfor: 1173.94 mg; Żelazo: 12.30 mg; Magnez: 342.72 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Cykoria 20g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1891.40 kcal; Białko ogółem: 58.64 g; Tłuszcz ogółem: 65.69 g; Węglowodany ogółem: 268.52 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 2.22 g; Sód: 196.19 mg; Błonnik: 21.05 g; W tym cukry: 74.91 g; WW: 26.97 Por; Potas: 2331.48 mg; Wapń: 186.13 mg; Fosfor: 478.75 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 129.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kotlet schabowy smażony w panierce 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser topiony 30g (MLE), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2764.56 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz ogółem: 72.17 g; Węglowodany ogółem: 383.85 g; Kw. tł. nasycone: 22.64 g; Sól: 8.31 g; Sód: 2698.00 mg; Błonnik: 32.99 g; W tym cukry: 99.16 g; WW: 38.50 Por; Potas: 2389.97 mg; Wapń: 973.18 mg; Fosfor: 1241.83 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 281.89 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Ser mozzarella 40g (MLE), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż brązowy na sypko 200g , Salatka 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 (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.06 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz ogółem: 60.04 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; Kw. tł. nasycone: 21.06 g; Sól: 8.16 g; Sód: 2435.46 mg; Błonnik: 39.96 g; W tym cukry: 45.73 g; WW: 28.68 Por; Potas: 2579.14 mg; Wapń: 873.87 mg; Fosfor: 1326.00 mg; Żelazo: 12.29 mg; Magnez: 385.15 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Ser mozzarella 40g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2485.39 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz ogółem: 52.48 g; Węglowodany ogółem: 372.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.69 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1104.63 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 89.85 g; WW: 37.56 Por; Potas: 2032.59 mg; Wapń: 531.92 mg; Fosfor: 846.23 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 164.08 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Ser mozzarella 40g (MLE), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2338.69 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz ogółem: 52.57 g; Węglowodany ogółem: 343.44 g; Kw. tł. nasycone: 15.82 g; Sól: 4.14 g; Sód: 1104.63 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 89.85 g; WW: 34.56 Por; Potas: 2032.59 mg; Wapń: 531.92 mg; Fosfor: 846.23 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 164.08 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1997.88 kcal; Białko ogółem: 52.53 g; Tłuszcz ogółem: 44.45 g; Węglowodany ogółem: 299.30 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 2.12 g; Sód: 223.24 mg; Błonnik: 22.17 g; W tym cukry: 77.75 g; WW: 30.09 Por; Potas: 1607.14 mg; Wapń: 205.15 mg; Fosfor: 423.14 mg; Żelazo: 6.03 mg; Magnez: 96.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2152.58 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz ogółem: 66.09 g; Węglowodany ogółem: 273.96 g; Kw. tł. nasycone: 21.33 g; Sól: 1.95 g; Sód: 684.01 mg; Błonnik: 18.38 g; W tym cukry: 72.96 g; WW: 27.71 Por; Potas: 4086.90 mg; Wapń: 654.06 mg; Fosfor: 1309.13 mg; Żelazo: 6.69 mg; Magnez: 268.34 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem (papka) 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami (papka) 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze (papka) 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2259.07 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 357.34 g; Kw. tł. nasycone: 12.81 g; Sól: 3.03 g; Sód: 1140.40 mg; Błonnik: 24.99 g; W tym cukry: 87.24 g; WW: 36.07 Por; Potas: 2268.84 mg; Wapń: 536.39 mg; Fosfor: 979.16 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 182.55 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2373.53 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz ogółem: 48.43 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; Kw. tł. nasycone: 12.46 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1130.24 mg; Błonnik: 19.35 g; W tym cukry: 93.96 g; WW: 35.23 Por; Potas: 2343.35 mg; Wapń: 580.36 mg; Fosfor: 951.34 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 175.70 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.42 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz ogółem: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1098.24 mg; Błonnik: 15.46 g; W tym cukry: 87.51 g; WW: 33.73 Por; Potas: 1775.79 mg; Wapń: 468.32 mg; Fosfor: 803.03 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 142.48 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2236.40 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz ogółem: 54.01 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; Kw. tł. nasycone: 13.15 g; Sól: 1.85 g; Sód: 346.75 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 89.97 g; WW: 31.80 Por; Potas: 2144.01 mg; Wapń: 507.39 mg; Fosfor: 742.19 mg; Żelazo: 6.84 mg; Magnez: 136.04 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Cykoria 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2402.82 kcal; Białko ogółem: 73.53 g; Tłuszcz ogółem: 71.29 g; Węglowodany ogółem: 376.15 g; Kw. tł. nasycone: 13.75 g; Sól: 5.16 g; Sód: 1097.88 mg; Błonnik: 22.52 g; W tym cukry: 127.04 g; WW: 37.93 Por; Potas: 2719.58 mg; Wapń: 219.78 mg; Fosfor: 583.11 mg; Żelazo: 9.66 mg; Magnez: 207.10 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet sojowy ala schabowy smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ</i>), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2357.67 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz ogółem: 55.42 g; Węglowodany ogółem: 350.41 g; Kw. tł. nasycone: 24.21 g; Sól: 6.08 g; Sód: 2351.36 mg; Błonnik: 33.12 g; W tym cukry: 90.43 g; WW: 35.14 Por; Potas: 2077.44 mg; Wapń: 862.40 mg; Fosfor: 1052.95 mg; Żelazo: 9.41 mg; Magnez: 254.34 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2368.06 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.31 g; Węglowodany ogółem: 353.00 g; Kw. tł. nasycone: 13.85 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1128.96 mg; Błonnik: 19.19 g; W tym cukry: 92.48 g; WW: 35.55 Por; Potas: 2393.07 mg; Wapń: 540.83 mg; Fosfor: 908.56 mg; Żelazo: 9.29 mg; Magnez: 176.22 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn		
Herbata z cukrem 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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.77 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz ogółem: 45.42 g; Węglowodany ogółem: 298.56 g; Kw. tł. nasycone: 3.86 g; Sól: 1.45 g; Sód: 579.52 mg; Błonnik: 18.75 g; W tym cukry: 94.13 g; WW: 30.16 Por; Potas: 3921.82 mg; Wapń: 166.08 mg; Fosfor: 1142.30 mg; Żelazo: 6.76 mg; Magnez: 251.24 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2368.06 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.31 g; Węglowodany ogółem: 353.00 g; Kw. tł. nasycone: 13.85 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1128.96 mg; Błonnik: 19.19 g; W tym cukry: 92.48 g; WW: 35.55 Por; Potas: 2393.07 mg; Wapń: 540.83 mg; Fosfor: 908.56 mg; Żelazo: 9.29 mg; Magnez: 176.22 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2300.26 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; Tłuszcz ogółem: 45.38 g; Węglowodany ogółem: 356.80 g; Kw. tł. nasycone: 12.59 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1111.97 mg; Błonnik: 19.32 g; W tym cukry: 92.48 g; WW: 35.94 Por; Potas: 2291.47 mg; Wapń: 540.18 mg; Fosfor: 865.51 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 171.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01 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>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<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 graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.48 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz ogółem: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 286.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.71 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1363.46 mg; Błonnik: 38.28 g; W tym cukry: 48.52 g; WW: 28.88 Por; Potas: 2740.20 mg; Wapń: 580.12 mg; Fosfor: 1173.94 mg; Żelazo: 12.30 mg; Magnez: 342.72 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Cykoria 20g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1891.40 kcal; Białko ogółem: 58.64 g; Tłuszcz ogółem: 65.69 g; Węglowodany ogółem: 268.52 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 2.22 g; Sód: 196.19 mg; Błonnik: 21.05 g; W tym cukry: 74.91 g; WW: 26.97 Por; Potas: 2331.48 mg; Wapń: 186.13 mg; Fosfor: 478.75 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 129.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-01Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszemno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyńska wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kotlet schabowy smażony w panierce 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszemno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser topiony 30g (MLE), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2764.56 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz ogółem: 72.17 g; Węglowodany ogółem: 383.85 g; Kw. tł. nasycone: 22.64 g; Sól: 8.31 g; Sód: 2698.00 mg; Błonnik: 32.99 g; W tym cukry: 99.16 g; WW: 38.50 Por; Potas: 2389.97 mg; Wapń: 973.18 mg; Fosfor: 1241.83 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 281.89 mg;

sobota 2025-03-01Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyńska wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Ser mozzarella 40g (MLE), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż brązowy na sypko 200g , Salatką 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 (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.06 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz ogółem: 60.04 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; Kw. tł. nasycone: 21.06 g; Sól: 8.16 g; Sód: 2435.46 mg; Błonnik: 39.96 g; W tym cukry: 45.73 g; WW: 28.68 Por; Potas: 2579.14 mg; Wapń: 873.87 mg; Fosfor: 1326.00 mg; Żelazo: 12.29 mg; Magnez: 385.15 mg;

sobota 2025-03-01Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyńska wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Ser mozzarella 40g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2485.39 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz ogółem: 52.48 g; Węglowodany ogółem: 372.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.69 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1104.63 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 89.85 g; WW: 37.56 Por; Potas: 2032.59 mg; Wapń: 531.92 mg; Fosfor: 846.23 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 164.08 mg;

sobota 2025-03-01Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyńska wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Ser mozzarella 40g (MLE), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2338.69 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz ogółem: 52.57 g; Węglowodany ogółem: 343.44 g; Kw. tł. nasycone: 15.82 g; Sól: 4.14 g; Sód: 1104.63 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 89.85 g; WW: 34.56 Por; Potas: 2032.59 mg; Wapń: 531.92 mg; Fosfor: 846.23 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 164.08 mg;

sobota 2025-03-01Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyńska wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1997.88 kcal; Białko ogółem: 52.53 g; Tłuszcz ogółem: 44.45 g; Węglowodany ogółem: 299.30 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 2.12 g; Sód: 223.24 mg; Błonnik: 22.17 g; W tym cukry: 77.75 g; WW: 30.09 Por; Potas: 1607.14 mg; Wapń: 205.15 mg; Fosfor: 423.14 mg; Żelazo: 6.03 mg; Magnez: 96.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2152.58 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz ogółem: 66.09 g; Węglowodany ogółem: 273.96 g; Kw. tł. nasycone: 21.33 g; Sól: 1.95 g; Sód: 684.01 mg; Błonnik: 18.38 g; W tym cukry: 72.96 g; WW: 27.71 Por; Potas: 4086.90 mg; Wapń: 654.06 mg; Fosfor: 1309.13 mg; Żelazo: 6.69 mg; Magnez: 268.34 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem (papka) 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami (papka) 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze (papka) 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2259.07 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 357.34 g; Kw. tł. nasycone: 12.81 g; Sól: 3.03 g; Sód: 1140.40 mg; Błonnik: 24.99 g; W tym cukry: 87.24 g; WW: 36.07 Por; Potas: 2268.84 mg; Wapń: 536.39 mg; Fosfor: 979.16 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 182.55 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2373.53 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz ogółem: 48.43 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; Kw. tł. nasycone: 12.46 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1130.24 mg; Błonnik: 19.35 g; W tym cukry: 93.96 g; WW: 35.23 Por; Potas: 2343.35 mg; Wapń: 580.36 mg; Fosfor: 951.34 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 175.70 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.42 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz ogółem: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1098.24 mg; Błonnik: 15.46 g; W tym cukry: 87.51 g; WW: 33.73 Por; Potas: 1775.79 mg; Wapń: 468.32 mg; Fosfor: 803.03 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 142.48 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2236.40 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz ogółem: 54.01 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; Kw. tł. nasycone: 13.15 g; Sól: 1.85 g; Sód: 346.75 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 89.97 g; WW: 31.80 Por; Potas: 2144.01 mg; Wapń: 507.39 mg; Fosfor: 742.19 mg; Żelazo: 6.84 mg; Magnez: 136.04 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Cykoria 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2402.82 kcal; Białko ogółem: 73.53 g; Tłuszcz ogółem: 71.29 g; Węglowodany ogółem: 376.15 g; Kw. tł. nasycone: 13.75 g; Sól: 5.16 g; Sód: 1097.88 mg; Błonnik: 22.52 g; W tym cukry: 127.04 g; WW: 37.93 Por; Potas: 2719.58 mg; Wapń: 219.78 mg; Fosfor: 583.11 mg; Żelazo: 9.66 mg; Magnez: 207.10 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotleć sojowy ala schabowy smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ</i>), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompót owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2357.67 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz ogółem: 55.42 g; Węglowodany ogółem: 350.41 g; Kw. tł. nasycone: 24.21 g; Sól: 6.08 g; Sód: 2351.36 mg; Błonnik: 33.12 g; W tym cukry: 90.43 g; WW: 35.14 Por; Potas: 2077.44 mg; Wapń: 862.40 mg; Fosfor: 1052.95 mg; Żelazo: 9.41 mg; Magnez: 254.34 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompót owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2368.06 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.31 g; Węglowodany ogółem: 353.00 g; Kw. tł. nasycone: 13.85 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1128.96 mg; Błonnik: 19.19 g; W tym cukry: 92.48 g; WW: 35.55 Por; Potas: 2393.07 mg; Wapń: 540.83 mg; Fosfor: 908.56 mg; Żelazo: 9.29 mg; Magnez: 176.22 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn		
Herbata z cukrem 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),	Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompót owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.77 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz ogółem: 45.42 g; Węglowodany ogółem: 298.56 g; Kw. tł. nasycone: 3.86 g; Sól: 1.45 g; Sód: 579.52 mg; Błonnik: 18.75 g; W tym cukry: 94.13 g; WW: 30.16 Por; Potas: 3921.82 mg; Wapń: 166.08 mg; Fosfor: 1142.30 mg; Żelazo: 6.76 mg; Magnez: 251.24 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompót owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2368.06 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.31 g; Węglowodany ogółem: 353.00 g; Kw. tł. nasycone: 13.85 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1128.96 mg; Błonnik: 19.19 g; W tym cukry: 92.48 g; WW: 35.55 Por; Potas: 2393.07 mg; Wapń: 540.83 mg; Fosfor: 908.56 mg; Żelazo: 9.29 mg; Magnez: 176.22 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompót owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2300.26 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; Tłuszcz ogółem: 45.38 g; Węglowodany ogółem: 356.80 g; Kw. tł. nasycone: 12.59 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1111.97 mg; Błonnik: 19.32 g; W tym cukry: 92.48 g; WW: 35.94 Por; Potas: 2291.47 mg; Wapń: 540.18 mg; Fosfor: 865.51 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 171.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01 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>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<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 graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.48 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz ogółem: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 286.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.71 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1363.46 mg; Błonnik: 38.28 g; W tym cukry: 48.52 g; WW: 28.88 Por; Potas: 2740.20 mg; Wapń: 580.12 mg; Fosfor: 1173.94 mg; Żelazo: 12.30 mg; Magnez: 342.72 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Cykoria 20g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1891.40 kcal; Białko ogółem: 58.64 g; Tłuszcz ogółem: 65.69 g; Węglowodany ogółem: 268.52 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 2.22 g; Sód: 196.19 mg; Błonnik: 21.05 g; W tym cukry: 74.91 g; WW: 26.97 Por; Potas: 2331.48 mg; Wapń: 186.13 mg; Fosfor: 478.75 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 129.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kotlet schabowy smażony w panierce 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser topiony 30g (MLE), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2764.56 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz ogółem: 72.17 g; Węglowodany ogółem: 383.85 g; Kw. tł. nasycone: 22.64 g; Sól: 8.31 g; Sód: 2698.00 mg; Błonnik: 32.99 g; W tym cukry: 99.16 g; WW: 38.50 Por; Potas: 2389.97 mg; Wapń: 973.18 mg; Fosfor: 1241.83 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 281.89 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Ser mozzarella 40g (MLE), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ryż brązowy na sypko 200g , Salatką 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 (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.06 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz ogółem: 60.04 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; Kw. tł. nasycone: 21.06 g; Sól: 8.16 g; Sód: 2435.46 mg; Błonnik: 39.96 g; W tym cukry: 45.73 g; WW: 28.68 Por; Potas: 2579.14 mg; Wapń: 873.87 mg; Fosfor: 1326.00 mg; Żelazo: 12.29 mg; Magnez: 385.15 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Ser mozzarella 40g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2485.39 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz ogółem: 52.48 g; Węglowodany ogółem: 372.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.69 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1104.63 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 89.85 g; WW: 37.56 Por; Potas: 2032.59 mg; Wapń: 531.92 mg; Fosfor: 846.23 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 164.08 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Ser mozzarella 40g (MLE), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2338.69 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz ogółem: 52.57 g; Węglowodany ogółem: 343.44 g; Kw. tł. nasycone: 15.82 g; Sól: 4.14 g; Sód: 1104.63 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 89.85 g; WW: 34.56 Por; Potas: 2032.59 mg; Wapń: 531.92 mg; Fosfor: 846.23 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 164.08 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salatką z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1997.88 kcal; Białko ogółem: 52.53 g; Tłuszcz ogółem: 44.45 g; Węglowodany ogółem: 299.30 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 2.12 g; Sód: 223.24 mg; Błonnik: 22.17 g; W tym cukry: 77.75 g; WW: 30.09 Por; Potas: 1607.14 mg; Wapń: 205.15 mg; Fosfor: 423.14 mg; Żelazo: 6.03 mg; Magnez: 96.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2152.58 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz ogółem: 66.09 g; Węglowodany ogółem: 273.96 g; Kw. tł. nasycone: 21.33 g; Sól: 1.95 g; Sód: 684.01 mg; Błonnik: 18.38 g; W tym cukry: 72.96 g; WW: 27.71 Por; Potas: 4086.90 mg; Wapń: 654.06 mg; Fosfor: 1309.13 mg; Żelazo: 6.69 mg; Magnez: 268.34 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem (papka) 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami (papka) 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze (papka) 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2259.07 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 357.34 g; Kw. tł. nasycone: 12.81 g; Sól: 3.03 g; Sód: 1140.40 mg; Błonnik: 24.99 g; W tym cukry: 87.24 g; WW: 36.07 Por; Potas: 2268.84 mg; Wapń: 536.39 mg; Fosfor: 979.16 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 182.55 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2373.53 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz ogółem: 48.43 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; Kw. tł. nasycone: 12.46 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1130.24 mg; Błonnik: 19.35 g; W tym cukry: 93.96 g; WW: 35.23 Por; Potas: 2343.35 mg; Wapń: 580.36 mg; Fosfor: 951.34 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 175.70 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.42 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz ogółem: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1098.24 mg; Błonnik: 15.46 g; W tym cukry: 87.51 g; WW: 33.73 Por; Potas: 1775.79 mg; Wapń: 468.32 mg; Fosfor: 803.03 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 142.48 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2236.40 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz ogółem: 54.01 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; Kw. tł. nasycone: 13.15 g; Sól: 1.85 g; Sód: 346.75 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 89.97 g; WW: 31.80 Por; Potas: 2144.01 mg; Wapń: 507.39 mg; Fosfor: 742.19 mg; Żelazo: 6.84 mg; Magnez: 136.04 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Cykoria 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2402.82 kcal; Białko ogółem: 73.53 g; Tłuszcz ogółem: 71.29 g; Węglowodany ogółem: 376.15 g; Kw. tł. nasycone: 13.75 g; Sól: 5.16 g; Sód: 1097.88 mg; Błonnik: 22.52 g; W tym cukry: 127.04 g; WW: 37.93 Por; Potas: 2719.58 mg; Wapń: 219.78 mg; Fosfor: 583.11 mg; Żelazo: 9.66 mg; Magnez: 207.10 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet sojowy ala schabowy smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ</i>), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2357.67 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz ogółem: 55.42 g; Węglowodany ogółem: 350.41 g; Kw. tł. nasycone: 24.21 g; Sól: 6.08 g; Sód: 2351.36 mg; Błonnik: 33.12 g; W tym cukry: 90.43 g; WW: 35.14 Por; Potas: 2077.44 mg; Wapń: 862.40 mg; Fosfor: 1052.95 mg; Żelazo: 9.41 mg; Magnez: 254.34 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2368.06 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.31 g; Węglowodany ogółem: 353.00 g; Kw. tł. nasycone: 13.85 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1128.96 mg; Błonnik: 19.19 g; W tym cukry: 92.48 g; WW: 35.55 Por; Potas: 2393.07 mg; Wapń: 540.83 mg; Fosfor: 908.56 mg; Żelazo: 9.29 mg; Magnez: 176.22 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn		
Herbata z cukrem 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 z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.77 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz ogółem: 45.42 g; Węglowodany ogółem: 298.56 g; Kw. tł. nasycone: 3.86 g; Sól: 1.45 g; Sód: 579.52 mg; Błonnik: 18.75 g; W tym cukry: 94.13 g; WW: 30.16 Por; Potas: 3921.82 mg; Wapń: 166.08 mg; Fosfor: 1142.30 mg; Żelazo: 6.76 mg; Magnez: 251.24 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2368.06 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.31 g; Węglowodany ogółem: 353.00 g; Kw. tł. nasycone: 13.85 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1128.96 mg; Błonnik: 19.19 g; W tym cukry: 92.48 g; WW: 35.55 Por; Potas: 2393.07 mg; Wapń: 540.83 mg; Fosfor: 908.56 mg; Żelazo: 9.29 mg; Magnez: 176.22 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2300.26 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; Tłuszcz ogółem: 45.38 g; Węglowodany ogółem: 356.80 g; Kw. tł. nasycone: 12.59 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1111.97 mg; Błonnik: 19.32 g; W tym cukry: 92.48 g; WW: 35.94 Por; Potas: 2291.47 mg; Wapń: 540.18 mg; Fosfor: 865.51 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 171.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01Jadłospis 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>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<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 graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.48 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz ogółem: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 286.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.71 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1363.46 mg; Błonnik: 38.28 g; W tym cukry: 48.52 g; WW: 28.88 Por; Potas: 2740.20 mg; Wapń: 580.12 mg; Fosfor: 1173.94 mg; Żelazo: 12.30 mg; Magnez: 342.72 mg;

sobota 2025-03-01Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Cykoria 20g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1891.40 kcal; Białko ogółem: 58.64 g; Tłuszcz ogółem: 65.69 g; Węglowodany ogółem: 268.52 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 2.22 g; Sód: 196.19 mg; Błonnik: 21.05 g; W tym cukry: 74.91 g; WW: 26.97 Por; Potas: 2331.48 mg; Wapń: 186.13 mg; Fosfor: 478.75 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 129.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-01Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszemno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kotlet schabowy smażyony w panierce 100g (GLU, JAJ), Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszemno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser topiony 30g (MLE), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Jabłko 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2764.56 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz ogółem: 72.17 g; Węglowodany ogółem: 383.85 g; Kw. tł. nasycone: 22.64 g; Sól: 8.31 g; Sód: 2698.00 mg; Błonnik: 32.99 g; W tym cukry: 99.16 g; WW: 38.50 Por; Potas: 2389.97 mg; Wapń: 973.18 mg; Fosfor: 1241.83 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 281.89 mg;

sobota 2025-03-01Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Ser mozzarella 40g (MLE), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp 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 razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.06 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz ogółem: 60.04 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; Kw. tł. nasycone: 21.06 g; Sól: 8.16 g; Sód: 2435.46 mg; Błonnik: 39.96 g; W tym cukry: 45.73 g; WW: 28.68 Por; Potas: 2579.14 mg; Wapń: 873.87 mg; Fosfor: 1326.00 mg; Żelazo: 12.29 mg; Magnez: 385.15 mg;

sobota 2025-03-01Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Ser mozzarella 40g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2485.39 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz ogółem: 52.48 g; Węglowodany ogółem: 372.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.69 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1104.63 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 89.85 g; WW: 37.56 Por; Potas: 2032.59 mg; Wapń: 531.92 mg; Fosfor: 846.23 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 164.08 mg;

sobota 2025-03-01Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Ser mozzarella 40g (MLE), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2338.69 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz ogółem: 52.57 g; Węglowodany ogółem: 343.44 g; Kw. tł. nasycone: 15.82 g; Sól: 4.14 g; Sód: 1104.63 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 89.85 g; WW: 34.56 Por; Potas: 2032.59 mg; Wapń: 531.92 mg; Fosfor: 846.23 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 164.08 mg;

sobota 2025-03-01Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1997.88 kcal; Białko ogółem: 52.53 g; Tłuszcz ogółem: 44.45 g; Węglowodany ogółem: 299.30 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 2.12 g; Sód: 223.24 mg; Błonnik: 22.17 g; W tym cukry: 77.75 g; WW: 30.09 Por; Potas: 1607.14 mg; Wapń: 205.15 mg; Fosfor: 423.14 mg; Żelazo: 6.03 mg; Magnez: 96.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2152.58 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz ogółem: 66.09 g; Węglowodany ogółem: 273.96 g; Kw. tł. nasycone: 21.33 g; Sól: 1.95 g; Sód: 684.01 mg; Błonnik: 18.38 g; W tym cukry: 72.96 g; WW: 27.71 Por; Potas: 4086.90 mg; Wapń: 654.06 mg; Fosfor: 1309.13 mg; Żelazo: 6.69 mg; Magnez: 268.34 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem (papka) 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami (papka) 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze (papka) 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2259.07 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 357.34 g; Kw. tł. nasycone: 12.81 g; Sól: 3.03 g; Sód: 1140.40 mg; Błonnik: 24.99 g; W tym cukry: 87.24 g; WW: 36.07 Por; Potas: 2268.84 mg; Wapń: 536.39 mg; Fosfor: 979.16 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 182.55 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2373.53 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz ogółem: 48.43 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; Kw. tł. nasycone: 12.46 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1130.24 mg; Błonnik: 19.35 g; W tym cukry: 93.96 g; WW: 35.23 Por; Potas: 2343.35 mg; Wapń: 580.36 mg; Fosfor: 951.34 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 175.70 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.42 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz ogółem: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1098.24 mg; Błonnik: 15.46 g; W tym cukry: 87.51 g; WW: 33.73 Por; Potas: 1775.79 mg; Wapń: 468.32 mg; Fosfor: 803.03 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 142.48 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Cykoria 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2236.40 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz ogółem: 54.01 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; Kw. tł. nasycone: 13.15 g; Sól: 1.85 g; Sód: 346.75 mg; Błonnik: 22.45 g; W tym cukry: 89.97 g; WW: 31.80 Por; Potas: 2144.01 mg; Wapń: 507.39 mg; Fosfor: 742.19 mg; Żelazo: 6.84 mg; Magnez: 136.04 mg;

sobota 2025-03-01 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ryż na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Cykoria 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2402.82 kcal; Białko ogółem: 73.53 g; Tłuszcz ogółem: 71.29 g; Węglowodany ogółem: 376.15 g; Kw. tł. nasycone: 13.75 g; Sól: 5.16 g; Sód: 1097.88 mg; Błonnik: 22.52 g; W tym cukry: 127.04 g; WW: 37.93 Por; Potas: 2719.58 mg; Wapń: 219.78 mg; Fosfor: 583.11 mg; Żelazo: 9.66 mg; Magnez: 207.10 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01Jadłospis 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>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<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 graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.48 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz ogółem: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 286.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.71 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1363.46 mg; Błonnik: 38.28 g; W tym cukry: 48.52 g; WW: 28.88 Por; Potas: 2740.20 mg; Wapń: 580.12 mg; Fosfor: 1173.94 mg; Żelazo: 12.30 mg; Magnez: 342.72 mg;

sobota 2025-03-01Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa brokułowa ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Cykoria 20g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1891.40 kcal; Białko ogółem: 58.64 g; Tłuszcz ogółem: 65.69 g; Węglowodany ogółem: 268.52 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 2.22 g; Sód: 196.19 mg; Błonnik: 21.05 g; W tym cukry: 74.91 g; WW: 26.97 Por; Potas: 2331.48 mg; Wapń: 186.13 mg; Fosfor: 478.75 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 129.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko pieczone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2731.15 kcal; Białko ogółem: 82.61 g; Tłuszcz ogółem: 73.24 g; Węglowodany ogółem: 379.13 g; Kw. tł. nasycone: 25.27 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1708.62 mg; Błonnik: 41.34 g; W tym cukry: 106.39 g; WW: 37.94 Por; Potas: 3626.94 mg; Wapń: 543.76 mg; Fosfor: 1179.89 mg; Żelazo: 10.31 mg; Magnez: 290.90 mg;

niedziela 2025-03-02 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 pomidorowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>MCK</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g ,
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>), 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: 2220.96 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz ogółem: 66.84 g; Węglowodany ogółem: 282.36 g; Kw. tł. nasycone: 21.15 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1638.52 mg; Błonnik: 42.39 g; W tym cukry: 53.46 g; WW: 28.28 Por; Potas: 4053.04 mg; Wapń: 586.55 mg; Fosfor: 1351.67 mg; Żelazo: 11.81 mg; Magnez: 345.31 mg;

niedziela 2025-03-02 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>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2592.00 kcal; Białko ogółem: 83.64 g; Tłuszcz ogółem: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 345.66 g; Kw. tł. nasycone: 28.05 g; Sól: 4.33 g; Sód: 1560.71 mg; Błonnik: 30.95 g; W tym cukry: 77.35 g; WW: 34.82 Por; Potas: 3497.86 mg; Wapń: 528.87 mg; Fosfor: 1030.56 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 225.23 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2487.60 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz ogółem: 76.66 g; Węglowodany ogółem: 335.87 g; Kw. tł. nasycone: 25.90 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1560.71 mg; Błonnik: 30.95 g; W tym cukry: 77.35 g; WW: 33.82 Por; Potas: 3497.86 mg; Wapń: 528.87 mg; Fosfor: 1030.56 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 225.23 mg;

niedziela 2025-03-02 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 pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 80g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.24 kcal; Białko ogółem: 52.22 g; Tłuszcz ogółem: 71.46 g; Węglowodany ogółem: 272.01 g; Kw. tł. nasycone: 22.23 g; Sól: 1.92 g; Sód: 635.77 mg; Błonnik: 32.09 g; W tym cukry: 52.48 g; WW: 27.35 Por; Potas: 2828.42 mg; Wapń: 194.55 mg; Fosfor: 594.96 mg; Żelazo: 4.96 mg; Magnez: 152.80 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 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: 2589.87 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz ogółem: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; Kw. tł. nasycone: 25.20 g; Sól: 1.83 g; Sód: 569.08 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 111.61 g; WW: 31.99 Por; Potas: 4249.53 mg; Wapń: 903.51 mg; Fosfor: 1485.23 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 290.06 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem (papką) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze (papką) 100g , Ziemniaki (papką) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papką) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach (papką) 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2404.00 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz ogółem: 66.69 g; Węglowodany ogółem: 318.52 g; Kw. tł. nasycone: 27.23 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1476.57 mg; Błonnik: 30.48 g; W tym cukry: 68.95 g; WW: 32.17 Por; Potas: 3222.20 mg; Wapń: 536.07 mg; Fosfor: 1004.24 mg; Żelazo: 7.92 mg; Magnez: 223.80 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 100g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 120g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2752.15 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz ogółem: 99.11 g; Węglowodany ogółem: 318.49 g; Kw. tł. nasycone: 36.29 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1705.12 mg; Błonnik: 30.91 g; W tym cukry: 78.08 g; WW: 32.01 Por; Potas: 3606.73 mg; Wapń: 547.29 mg; Fosfor: 1127.06 mg; Żelazo: 7.82 mg; Magnez: 234.98 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.66 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz ogółem: 66.54 g; Węglowodany ogółem: 314.59 g; Kw. tł. nasycone: 27.31 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1495.30 mg; Błonnik: 26.21 g; W tym cukry: 71.23 g; WW: 31.67 Por; Potas: 3074.97 mg; Wapń: 491.87 mg; Fosfor: 959.29 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 205.98 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/glutenu 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.99 kcal; Białko ogółem: 54.52 g; Tłuszcz ogółem: 76.58 g; Węglowodany ogółem: 274.31 g; Kw. tł. nasycone: 28.62 g; Sól: 1.97 g; Sód: 671.97 mg; Błonnik: 29.55 g; W tym cukry: 51.14 g; WW: 27.57 Por; Potas: 3214.46 mg; Wapń: 243.45 mg; Fosfor: 709.06 mg; Żelazo: 5.70 mg; Magnez: 176.30 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.73 kcal; Białko ogółem: 75.92 g; Tłuszcz ogółem: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 313.89 g; Kw. tł. nasycone: 12.99 g; Sól: 5.66 g; Sód: 1368.08 mg; Błonnik: 31.59 g; W tym cukry: 66.73 g; WW: 31.64 Por; Potas: 3311.89 mg; Wapń: 225.54 mg; Fosfor: 792.56 mg; Żelazo: 8.00 mg; Magnez: 208.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-02		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 pomidorowa z makaronem b/glutenu i b/ml 300ml (SEL), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Marchew w plastrach 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1897.74 kcal; Białko ogółem: 50.83 g; Tłuszcz ogółem: 73.69 g; Węglowodany ogółem: 256.96 g; Kw. tł. nasycone: 12.20 g; Sól: 2.30 g; Sód: 484.88 mg; Błonnik: 30.68 g; W tym cukry: 50.62 g; WW: 25.86 Por; Potas: 3239.34 mg; Wapń: 201.97 mg; Fosfor: 639.40 mg; Żelazo: 5.74 mg; Magnez: 174.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko pieczone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2731.15 kcal; Białko ogółem: 82.61 g; Tłuszcz ogółem: 73.24 g; Węglowodany ogółem: 379.13 g; Kw. tł. nasycone: 25.27 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1708.62 mg; Błonnik: 41.34 g; W tym cukry: 106.39 g; WW: 37.94 Por; Potas: 3626.94 mg; Wapń: 543.76 mg; Fosfor: 1179.89 mg; Żelazo: 10.31 mg; Magnez: 290.90 mg;

niedziela 2025-03-02 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>), Papryka świeża 100g ,	Zupa pomidorowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, MCK</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), 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: 2220.96 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz ogółem: 66.84 g; Węglowodany ogółem: 282.36 g; Kw. tł. nasycone: 21.15 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1638.52 mg; Błonnik: 42.39 g; W tym cukry: 53.46 g; WW: 28.28 Por; Potas: 4053.04 mg; Wapń: 586.55 mg; Fosfor: 1351.67 mg; Żelazo: 11.81 mg; Magnez: 345.31 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2592.00 kcal; Białko ogółem: 83.64 g; Tłuszcz ogółem: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 345.66 g; Kw. tł. nasycone: 28.05 g; Sól: 4.33 g; Sód: 1560.71 mg; Błonnik: 30.95 g; W tym cukry: 77.35 g; WW: 34.82 Por; Potas: 3497.86 mg; Wapń: 528.87 mg; Fosfor: 1030.56 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 225.23 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2487.60 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz ogółem: 76.66 g; Węglowodany ogółem: 335.87 g; Kw. tł. nasycone: 25.90 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1560.71 mg; Błonnik: 30.95 g; W tym cukry: 77.35 g; WW: 33.82 Por; Potas: 3497.86 mg; Wapń: 528.87 mg; Fosfor: 1030.56 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 225.23 mg;

niedziela 2025-03-02 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 80g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.24 kcal; Białko ogółem: 52.22 g; Tłuszcz ogółem: 71.46 g; Węglowodany ogółem: 272.01 g; Kw. tł. nasycone: 22.23 g; Sól: 1.92 g; Sód: 635.77 mg; Błonnik: 32.09 g; W tym cukry: 52.48 g; WW: 27.35 Por; Potas: 2828.42 mg; Wapń: 194.55 mg; Fosfor: 594.96 mg; Żelazo: 4.96 mg; Magnez: 152.80 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2589.87 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz ogółem: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; Kw. tł. nasycone: 25.20 g; Sól: 1.83 g; Sód: 569.08 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 111.61 g; WW: 31.99 Por; Potas: 4249.53 mg; Wapń: 903.51 mg; Fosfor: 1485.23 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 290.06 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2404.00 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz ogółem: 66.69 g; Węglowodany ogółem: 318.52 g; Kw. tł. nasycone: 27.23 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1476.57 mg; Błonnik: 30.48 g; W tym cukry: 68.95 g; WW: 32.17 Por; Potas: 3222.20 mg; Wapń: 536.07 mg; Fosfor: 1004.24 mg; Żelazo: 7.92 mg; Magnez: 223.80 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2752.15 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz ogółem: 99.11 g; Węglowodany ogółem: 318.49 g; Kw. tł. nasycone: 36.29 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1705.12 mg; Błonnik: 30.91 g; W tym cukry: 78.08 g; WW: 32.01 Por; Potas: 3606.73 mg; Wapń: 547.29 mg; Fosfor: 1127.06 mg; Żelazo: 7.82 mg; Magnez: 234.98 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.66 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz ogółem: 66.54 g; Węglowodany ogółem: 314.59 g; Kw. tł. nasycone: 27.31 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1495.30 mg; Błonnik: 26.21 g; W tym cukry: 71.23 g; WW: 31.67 Por; Potas: 3074.97 mg; Wapń: 491.87 mg; Fosfor: 959.29 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 205.98 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.99 kcal; Białko ogółem: 54.52 g; Tłuszcz ogółem: 76.58 g; Węglowodany ogółem: 274.31 g; Kw. tł. nasycone: 28.62 g; Sól: 1.97 g; Sód: 671.97 mg; Błonnik: 29.55 g; W tym cukry: 51.14 g; WW: 27.57 Por; Potas: 3214.46 mg; Wapń: 243.45 mg; Fosfor: 709.06 mg; Żelazo: 5.70 mg; Magnez: 176.30 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.73 kcal; Białko ogółem: 75.92 g; Tłuszcz ogółem: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 313.89 g; Kw. tł. nasycone: 12.99 g; Sól: 5.66 g; Sód: 1368.08 mg; Błonnik: 31.59 g; W tym cukry: 66.73 g; WW: 31.64 Por; Potas: 3311.89 mg; Wapń: 225.54 mg; Fosfor: 792.56 mg; Żelazo: 8.00 mg; Magnez: 208.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<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>), Ziemniaki 200g , Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2309.82 kcal; Białko ogółem: 64.77 g; Tłuszcz ogółem: 67.96 g; Węglowodany ogółem: 325.09 g; Kw. tł. nasycone: 22.02 g; Sól: 5.27 g; Sód: 1445.02 mg; Błonnik: 35.39 g; W tym cukry: 72.19 g; WW: 32.55 Por; Potas: 3007.58 mg; Wapń: 497.12 mg; Fosfor: 839.49 mg; Żelazo: 8.05 mg; Magnez: 225.52 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2511.84 kcal; Białko ogółem: 83.48 g; Tłuszcz ogółem: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 325.79 g; Kw. tł. nasycone: 28.04 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1559.79 mg; Błonnik: 30.89 g; W tym cukry: 77.32 g; WW: 32.81 Por; Potas: 3489.94 mg; Wapń: 527.59 mg; Fosfor: 1029.54 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 224.95 mg;

niedziela 2025-03-02 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 manną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posilek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2433.11 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 389.94 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.12 g; Sód: 444.59 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 93.58 g; WW: 39.33 Por; Potas: 4490.90 mg; Wapń: 195.29 mg; Fosfor: 1390.92 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 296.98 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2511.84 kcal; Białko ogółem: 83.48 g; Tłuszcz ogółem: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 325.79 g; Kw. tł. nasycone: 28.04 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1559.79 mg; Błonnik: 30.89 g; W tym cukry: 77.32 g; WW: 32.81 Por; Potas: 3489.94 mg; Wapń: 527.59 mg; Fosfor: 1029.54 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 224.95 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2399.04 kcal; Białko ogółem: 82.40 g; Tłuszcz ogółem: 72.45 g; Węglowodany ogółem: 325.46 g; Kw. tł. nasycone: 24.99 g; Sól: 4.22 g; Sód: 1520.97 mg; Błonnik: 30.89 g; W tym cukry: 77.11 g; WW: 32.79 Por; Potas: 3483.34 mg; Wapń: 522.09 mg; Fosfor: 1017.24 mg; Żelazo: 7.51 mg; Magnez: 224.15 mg;

niedziela 2025-03-02 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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, MCK</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</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>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka świeża 30g , 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: 2326.71 kcal; Białko ogółem: 91.55 g; Tłuszcz ogółem: 72.85 g; Węglowodany ogółem: 292.94 g; Kw. tł. nasycone: 23.84 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1757.58 mg; Błonnik: 43.25 g; W tym cukry: 58.43 g; WW: 29.48 Por; Potas: 4307.73 mg; Wapń: 613.86 mg; Fosfor: 1361.05 mg; Żelazo: 11.69 mg; Magnez: 364.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-02		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 pomidorowa z makaronem b/glutenu i b/ml 300ml (SEL), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Marchew w plastrach 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1897.74 kcal; Białko ogółem: 50.83 g; Tłuszcz ogółem: 73.69 g; Węglowodany ogółem: 256.96 g; Kw. tł. nasycone: 12.20 g; Sól: 2.30 g; Sód: 484.88 mg; Błonnik: 30.68 g; W tym cukry: 50.62 g; WW: 25.86 Por; Potas: 3239.34 mg; Wapń: 201.97 mg; Fosfor: 639.40 mg; Żelazo: 5.74 mg; Magnez: 174.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko pieczone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Gruszka 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2731.15 kcal; Białko ogółem: 82.61 g; Tłuszcz ogółem: 73.24 g; Węglowodany ogółem: 379.13 g; Kw. tł. nasycone: 25.27 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1708.62 mg; Błonnik: 41.34 g; W tym cukry: 106.39 g; WW: 37.94 Por; Potas: 3626.94 mg; Wapń: 543.76 mg; Fosfor: 1179.89 mg; Żelazo: 10.31 mg; Magnez: 290.90 mg;

niedziela 2025-03-02 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>), Papryka świeża 100g ,	Zupa pomidorowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, MCK</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2220.96 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz ogółem: 66.84 g; Węglowodany ogółem: 282.36 g; Kw. tł. nasycone: 21.15 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1638.52 mg; Błonnik: 42.39 g; W tym cukry: 53.46 g; WW: 28.28 Por; Potas: 4053.04 mg; Wapń: 586.55 mg; Fosfor: 1351.67 mg; Żelazo: 11.81 mg; Magnez: 345.31 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2592.00 kcal; Białko ogółem: 83.64 g; Tłuszcz ogółem: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 345.66 g; Kw. tł. nasycone: 28.05 g; Sól: 4.33 g; Sód: 1560.71 mg; Błonnik: 30.95 g; W tym cukry: 77.35 g; WW: 34.82 Por; Potas: 3497.86 mg; Wapń: 528.87 mg; Fosfor: 1030.56 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 225.23 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2487.60 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz ogółem: 76.66 g; Węglowodany ogółem: 335.87 g; Kw. tł. nasycone: 25.90 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1560.71 mg; Błonnik: 30.95 g; W tym cukry: 77.35 g; WW: 33.82 Por; Potas: 3497.86 mg; Wapń: 528.87 mg; Fosfor: 1030.56 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 225.23 mg;

niedziela 2025-03-02 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 80g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.24 kcal; Białko ogółem: 52.22 g; Tłuszcz ogółem: 71.46 g; Węglowodany ogółem: 272.01 g; Kw. tł. nasycone: 22.23 g; Sól: 1.92 g; Sód: 635.77 mg; Błonnik: 32.09 g; W tym cukry: 52.48 g; WW: 27.35 Por; Potas: 2828.42 mg; Wapń: 194.55 mg; Fosfor: 594.96 mg; Żelazo: 4.96 mg; Magnez: 152.80 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-02 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>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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 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: 2589.87 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz ogółem: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; Kw. tł. nasycone: 25.20 g; Sól: 1.83 g; Sód: 569.08 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 111.61 g; WW: 31.99 Por; Potas: 4249.53 mg; Wapń: 903.51 mg; Fosfor: 1485.23 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 290.06 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem (papk) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze (papk) 100g , Ziemniaki (papk) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papk) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach (papk) 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2404.00 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz ogółem: 66.69 g; Węglowodany ogółem: 318.52 g; Kw. tł. nasycone: 27.23 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1476.57 mg; Błonnik: 30.48 g; W tym cukry: 68.95 g; WW: 32.17 Por; Potas: 3222.20 mg; Wapń: 536.07 mg; Fosfor: 1004.24 mg; Żelazo: 7.92 mg; Magnez: 223.80 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 100g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 120g , Ziemniaki 200g , Surówka z seler a jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2752.15 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz ogółem: 99.11 g; Węglowodany ogółem: 318.49 g; Kw. tł. nasycone: 36.29 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1705.12 mg; Błonnik: 30.91 g; W tym cukry: 78.08 g; WW: 32.01 Por; Potas: 3606.73 mg; Wapń: 547.29 mg; Fosfor: 1127.06 mg; Żelazo: 7.82 mg; Magnez: 234.98 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.66 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz ogółem: 66.54 g; Węglowodany ogółem: 314.59 g; Kw. tł. nasycone: 27.31 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1495.30 mg; Błonnik: 26.21 g; W tym cukry: 71.23 g; WW: 31.67 Por; Potas: 3074.97 mg; Wapń: 491.87 mg; Fosfor: 959.29 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 205.98 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/glutenu 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z seler a jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.99 kcal; Białko ogółem: 54.52 g; Tłuszcz ogółem: 76.58 g; Węglowodany ogółem: 274.31 g; Kw. tł. nasycone: 28.62 g; Sól: 1.97 g; Sód: 671.97 mg; Błonnik: 29.55 g; W tym cukry: 51.14 g; WW: 27.57 Por; Potas: 3214.46 mg; Wapń: 243.45 mg; Fosfor: 709.06 mg; Żelazo: 5.70 mg; Magnez: 176.30 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z seler a jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.73 kcal; Białko ogółem: 75.92 g; Tłuszcz ogółem: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 313.89 g; Kw. tł. nasycone: 12.99 g; Sól: 5.66 g; Sód: 1368.08 mg; Błonnik: 31.59 g; W tym cukry: 66.73 g; WW: 31.64 Por; Potas: 3311.89 mg; Wapń: 225.54 mg; Fosfor: 792.56 mg; Żelazo: 8.00 mg; Magnez: 208.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-02		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 pomidorowa z makaronem b/glutenu i b/ml 300ml (SEL), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Marchew w plastrach 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1897.74 kcal; Białko ogółem: 50.83 g; Tłuszcz ogółem: 73.69 g; Węglowodany ogółem: 256.96 g; Kw. tł. nasycone: 12.20 g; Sól: 2.30 g; Sód: 484.88 mg; Błonnik: 30.68 g; W tym cukry: 50.62 g; WW: 25.86 Por; Potas: 3239.34 mg; Wapń: 201.97 mg; Fosfor: 639.40 mg; Żelazo: 5.74 mg; Magnez: 174.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko pieczone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2731.15 kcal; Białko ogółem: 82.61 g; Tłuszcz ogółem: 73.24 g; Węglowodany ogółem: 379.13 g; Kw. tł. nasycone: 25.27 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1708.62 mg; Błonnik: 41.34 g; W tym cukry: 106.39 g; WW: 37.94 Por; Potas: 3626.94 mg; Wapń: 543.76 mg; Fosfor: 1179.89 mg; Żelazo: 10.31 mg; Magnez: 290.90 mg;

niedziela 2025-03-02 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>), Papryka świeża 100g ,	Zupa pomidorowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, MCK</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), 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: 2220.96 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz ogółem: 66.84 g; Węglowodany ogółem: 282.36 g; Kw. tł. nasycone: 21.15 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1638.52 mg; Błonnik: 42.39 g; W tym cukry: 53.46 g; WW: 28.28 Por; Potas: 4053.04 mg; Wapń: 586.55 mg; Fosfor: 1351.67 mg; Żelazo: 11.81 mg; Magnez: 345.31 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2592.00 kcal; Białko ogółem: 83.64 g; Tłuszcz ogółem: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 345.66 g; Kw. tł. nasycone: 28.05 g; Sól: 4.33 g; Sód: 1560.71 mg; Błonnik: 30.95 g; W tym cukry: 77.35 g; WW: 34.82 Por; Potas: 3497.86 mg; Wapń: 528.87 mg; Fosfor: 1030.56 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 225.23 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2487.60 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz ogółem: 76.66 g; Węglowodany ogółem: 335.87 g; Kw. tł. nasycone: 25.90 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1560.71 mg; Błonnik: 30.95 g; W tym cukry: 77.35 g; WW: 33.82 Por; Potas: 3497.86 mg; Wapń: 528.87 mg; Fosfor: 1030.56 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 225.23 mg;

niedziela 2025-03-02 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 80g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.24 kcal; Białko ogółem: 52.22 g; Tłuszcz ogółem: 71.46 g; Węglowodany ogółem: 272.01 g; Kw. tł. nasycone: 22.23 g; Sól: 1.92 g; Sód: 635.77 mg; Błonnik: 32.09 g; W tym cukry: 52.48 g; WW: 27.35 Por; Potas: 2828.42 mg; Wapń: 194.55 mg; Fosfor: 594.96 mg; Żelazo: 4.96 mg; Magnez: 152.80 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-02 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>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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 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: 2589.87 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz ogółem: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; Kw. tł. nasycone: 25.20 g; Sól: 1.83 g; Sód: 569.08 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 111.61 g; WW: 31.99 Por; Potas: 4249.53 mg; Wapń: 903.51 mg; Fosfor: 1485.23 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 290.06 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem (papką) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze (papką) 100g , Ziemniaki (papką) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papką) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach (papką) 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2404.00 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz ogółem: 66.69 g; Węglowodany ogółem: 318.52 g; Kw. tł. nasycone: 27.23 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1476.57 mg; Błonnik: 30.48 g; W tym cukry: 68.95 g; WW: 32.17 Por; Potas: 3222.20 mg; Wapń: 536.07 mg; Fosfor: 1004.24 mg; Żelazo: 7.92 mg; Magnez: 223.80 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 100g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 120g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2752.15 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz ogółem: 99.11 g; Węglowodany ogółem: 318.49 g; Kw. tł. nasycone: 36.29 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1705.12 mg; Błonnik: 30.91 g; W tym cukry: 78.08 g; WW: 32.01 Por; Potas: 3606.73 mg; Wapń: 547.29 mg; Fosfor: 1127.06 mg; Żelazo: 7.82 mg; Magnez: 234.98 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.66 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz ogółem: 66.54 g; Węglowodany ogółem: 314.59 g; Kw. tł. nasycone: 27.31 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1495.30 mg; Błonnik: 26.21 g; W tym cukry: 71.23 g; WW: 31.67 Por; Potas: 3074.97 mg; Wapń: 491.87 mg; Fosfor: 959.29 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 205.98 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/glutenu 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.99 kcal; Białko ogółem: 54.52 g; Tłuszcz ogółem: 76.58 g; Węglowodany ogółem: 274.31 g; Kw. tł. nasycone: 28.62 g; Sól: 1.97 g; Sód: 671.97 mg; Błonnik: 29.55 g; W tym cukry: 51.14 g; WW: 27.57 Por; Potas: 3214.46 mg; Wapń: 243.45 mg; Fosfor: 709.06 mg; Żelazo: 5.70 mg; Magnez: 176.30 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.73 kcal; Białko ogółem: 75.92 g; Tłuszcz ogółem: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 313.89 g; Kw. tł. nasycone: 12.99 g; Sól: 5.66 g; Sód: 1368.08 mg; Błonnik: 31.59 g; W tym cukry: 66.73 g; WW: 31.64 Por; Potas: 3311.89 mg; Wapń: 225.54 mg; Fosfor: 792.56 mg; Żelazo: 8.00 mg; Magnez: 208.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<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>), Ziemniaki 200g , Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2309.82 kcal; Białko ogółem: 64.77 g; Tłuszcz ogółem: 67.96 g; Węglowodany ogółem: 325.09 g; Kw. tł. nasycone: 22.02 g; Sól: 5.27 g; Sód: 1445.02 mg; Błonnik: 35.39 g; W tym cukry: 72.19 g; WW: 32.55 Por; Potas: 3007.58 mg; Wapń: 497.12 mg; Fosfor: 839.49 mg; Żelazo: 8.05 mg; Magnez: 225.52 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2511.84 kcal; Białko ogółem: 83.48 g; Tłuszcz ogółem: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 325.79 g; Kw. tł. nasycone: 28.04 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1559.79 mg; Błonnik: 30.89 g; W tym cukry: 77.32 g; WW: 32.81 Por; Potas: 3489.94 mg; Wapń: 527.59 mg; Fosfor: 1029.54 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 224.95 mg;

niedziela 2025-03-02 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 manną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata z cukrem 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: 2433.11 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 389.94 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.12 g; Sód: 444.59 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 93.58 g; WW: 39.33 Por; Potas: 4490.90 mg; Wapń: 195.29 mg; Fosfor: 1390.92 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 296.98 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2511.84 kcal; Białko ogółem: 83.48 g; Tłuszcz ogółem: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 325.79 g; Kw. tł. nasycone: 28.04 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1559.79 mg; Błonnik: 30.89 g; W tym cukry: 77.32 g; WW: 32.81 Por; Potas: 3489.94 mg; Wapń: 527.59 mg; Fosfor: 1029.54 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 224.95 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2399.04 kcal; Białko ogółem: 82.40 g; Tłuszcz ogółem: 72.45 g; Węglowodany ogółem: 325.46 g; Kw. tł. nasycone: 24.99 g; Sól: 4.22 g; Sód: 1520.97 mg; Błonnik: 30.89 g; W tym cukry: 77.11 g; WW: 32.79 Por; Potas: 3483.34 mg; Wapń: 522.09 mg; Fosfor: 1017.24 mg; Żelazo: 7.51 mg; Magnez: 224.15 mg;

niedziela 2025-03-02 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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, MCK</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</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>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka świeża 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: 2326.71 kcal; Białko ogółem: 91.55 g; Tłuszcz ogółem: 72.85 g; Węglowodany ogółem: 292.94 g; Kw. tł. nasycone: 23.84 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1757.58 mg; Błonnik: 43.25 g; W tym cukry: 58.43 g; WW: 29.48 Por; Potas: 4307.73 mg; Wapń: 613.86 mg; Fosfor: 1361.05 mg; Żelazo: 11.69 mg; Magnez: 364.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-02		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 pomidorowa z makaronem b/glutenu i b/ml 300ml (SEL), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Marchew w plastrach 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1897.74 kcal; Białko ogółem: 50.83 g; Tłuszcz ogółem: 73.69 g; Węglowodany ogółem: 256.96 g; Kw. tł. nasycone: 12.20 g; Sól: 2.30 g; Sód: 484.88 mg; Błonnik: 30.68 g; W tym cukry: 50.62 g; WW: 25.86 Por; Potas: 3239.34 mg; Wapń: 201.97 mg; Fosfor: 639.40 mg; Żelazo: 5.74 mg; Magnez: 174.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko pieczone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2731.15 kcal; Białko ogółem: 82.61 g; Tłuszcz ogółem: 73.24 g; Węglowodany ogółem: 379.13 g; Kw. tł. nasycone: 25.27 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1708.62 mg; Błonnik: 41.34 g; W tym cukry: 106.39 g; WW: 37.94 Por; Potas: 3626.94 mg; Wapń: 543.76 mg; Fosfor: 1179.89 mg; Żelazo: 10.31 mg; Magnez: 290.90 mg;

niedziela 2025-03-02 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>), Papryka świeża 100g ,	Zupa pomidorowa z białym makaronem 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, MCK</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), 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: 2220.96 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz ogółem: 66.84 g; Węglowodany ogółem: 282.36 g; Kw. tł. nasycone: 21.15 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1638.52 mg; Błonnik: 42.39 g; W tym cukry: 53.46 g; WW: 28.28 Por; Potas: 4053.04 mg; Wapń: 586.55 mg; Fosfor: 1351.67 mg; Żelazo: 11.81 mg; Magnez: 345.31 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2592.00 kcal; Białko ogółem: 83.64 g; Tłuszcz ogółem: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 345.66 g; Kw. tł. nasycone: 28.05 g; Sól: 4.33 g; Sód: 1560.71 mg; Błonnik: 30.95 g; W tym cukry: 77.35 g; WW: 34.82 Por; Potas: 3497.86 mg; Wapń: 528.87 mg; Fosfor: 1030.56 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 225.23 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2487.60 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz ogółem: 76.66 g; Węglowodany ogółem: 335.87 g; Kw. tł. nasycone: 25.90 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1560.71 mg; Błonnik: 30.95 g; W tym cukry: 77.35 g; WW: 33.82 Por; Potas: 3497.86 mg; Wapń: 528.87 mg; Fosfor: 1030.56 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 225.23 mg;

niedziela 2025-03-02 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 80g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.24 kcal; Białko ogółem: 52.22 g; Tłuszcz ogółem: 71.46 g; Węglowodany ogółem: 272.01 g; Kw. tł. nasycone: 22.23 g; Sól: 1.92 g; Sód: 635.77 mg; Błonnik: 32.09 g; W tym cukry: 52.48 g; WW: 27.35 Por; Potas: 2828.42 mg; Wapń: 194.55 mg; Fosfor: 594.96 mg; Żelazo: 4.96 mg; Magnez: 152.80 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-02 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>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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 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: 2589.87 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz ogółem: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; Kw. tł. nasycone: 25.20 g; Sól: 1.83 g; Sód: 569.08 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 111.61 g; WW: 31.99 Por; Potas: 4249.53 mg; Wapń: 903.51 mg; Fosfor: 1485.23 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 290.06 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem (papk) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze (papk) 100g , Ziemniaki (papk) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papk) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach (papk) 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2404.00 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz ogółem: 66.69 g; Węglowodany ogółem: 318.52 g; Kw. tł. nasycone: 27.23 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1476.57 mg; Błonnik: 30.48 g; W tym cukry: 68.95 g; WW: 32.17 Por; Potas: 3222.20 mg; Wapń: 536.07 mg; Fosfor: 1004.24 mg; Żelazo: 7.92 mg; Magnez: 223.80 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 100g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 120g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2752.15 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz ogółem: 99.11 g; Węglowodany ogółem: 318.49 g; Kw. tł. nasycone: 36.29 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1705.12 mg; Błonnik: 30.91 g; W tym cukry: 78.08 g; WW: 32.01 Por; Potas: 3606.73 mg; Wapń: 547.29 mg; Fosfor: 1127.06 mg; Żelazo: 7.82 mg; Magnez: 234.98 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.66 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz ogółem: 66.54 g; Węglowodany ogółem: 314.59 g; Kw. tł. nasycone: 27.31 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1495.30 mg; Błonnik: 26.21 g; W tym cukry: 71.23 g; WW: 31.67 Por; Potas: 3074.97 mg; Wapń: 491.87 mg; Fosfor: 959.29 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 205.98 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/glutenu 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.99 kcal; Białko ogółem: 54.52 g; Tłuszcz ogółem: 76.58 g; Węglowodany ogółem: 274.31 g; Kw. tł. nasycone: 28.62 g; Sól: 1.97 g; Sód: 671.97 mg; Błonnik: 29.55 g; W tym cukry: 51.14 g; WW: 27.57 Por; Potas: 3214.46 mg; Wapń: 243.45 mg; Fosfor: 709.06 mg; Żelazo: 5.70 mg; Magnez: 176.30 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyunka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.73 kcal; Białko ogółem: 75.92 g; Tłuszcz ogółem: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 313.89 g; Kw. tł. nasycone: 12.99 g; Sól: 5.66 g; Sód: 1368.08 mg; Błonnik: 31.59 g; W tym cukry: 66.73 g; WW: 31.64 Por; Potas: 3311.89 mg; Wapń: 225.54 mg; Fosfor: 792.56 mg; Żelazo: 8.00 mg; Magnez: 208.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-02		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 pomidorowa z makaronem b/glutenu i b/ml 300ml (SEL), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Marchew w plastrach 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1897.74 kcal; Białko ogółem: 50.83 g; Tłuszcz ogółem: 73.69 g; Węglowodany ogółem: 256.96 g; Kw. tł. nasycone: 12.20 g; Sól: 2.30 g; Sód: 484.88 mg; Błonnik: 30.68 g; W tym cukry: 50.62 g; WW: 25.86 Por; Potas: 3239.34 mg; Wapń: 201.97 mg; Fosfor: 639.40 mg; Żelazo: 5.74 mg; Magnez: 174.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko pieczone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Gruszka 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2731.15 kcal; Białko ogółem: 82.61 g; Tłuszcz ogółem: 73.24 g; Węglowodany ogółem: 379.13 g; Kw. tł. nasycone: 25.27 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1708.62 mg; Błonnik: 41.34 g; W tym cukry: 106.39 g; WW: 37.94 Por; Potas: 3626.94 mg; Wapń: 543.76 mg; Fosfor: 1179.89 mg; Żelazo: 10.31 mg; Magnez: 290.90 mg;

niedziela 2025-03-02 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>), Papryka świeża 100g ,	Zupa pomidorowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, MCK</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2220.96 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz ogółem: 66.84 g; Węglowodany ogółem: 282.36 g; Kw. tł. nasycone: 21.15 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1638.52 mg; Błonnik: 42.39 g; W tym cukry: 53.46 g; WW: 28.28 Por; Potas: 4053.04 mg; Wapń: 586.55 mg; Fosfor: 1351.67 mg; Żelazo: 11.81 mg; Magnez: 345.31 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2592.00 kcal; Białko ogółem: 83.64 g; Tłuszcz ogółem: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 345.66 g; Kw. tł. nasycone: 28.05 g; Sól: 4.33 g; Sód: 1560.71 mg; Błonnik: 30.95 g; W tym cukry: 77.35 g; WW: 34.82 Por; Potas: 3497.86 mg; Wapń: 528.87 mg; Fosfor: 1030.56 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 225.23 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2487.60 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz ogółem: 76.66 g; Węglowodany ogółem: 335.87 g; Kw. tł. nasycone: 25.90 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1560.71 mg; Błonnik: 30.95 g; W tym cukry: 77.35 g; WW: 33.82 Por; Potas: 3497.86 mg; Wapń: 528.87 mg; Fosfor: 1030.56 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 225.23 mg;

niedziela 2025-03-02 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 80g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.24 kcal; Białko ogółem: 52.22 g; Tłuszcz ogółem: 71.46 g; Węglowodany ogółem: 272.01 g; Kw. tł. nasycone: 22.23 g; Sól: 1.92 g; Sód: 635.77 mg; Błonnik: 32.09 g; W tym cukry: 52.48 g; WW: 27.35 Por; Potas: 2828.42 mg; Wapń: 194.55 mg; Fosfor: 594.96 mg; Żelazo: 4.96 mg; Magnez: 152.80 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-02 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>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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 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: 2589.87 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz ogółem: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; Kw. tł. nasycone: 25.20 g; Sól: 1.83 g; Sód: 569.08 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 111.61 g; WW: 31.99 Por; Potas: 4249.53 mg; Wapń: 903.51 mg; Fosfor: 1485.23 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 290.06 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem (papką) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze (papką) 100g , Ziemniaki (papką) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papką) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach (papką) 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2404.00 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz ogółem: 66.69 g; Węglowodany ogółem: 318.52 g; Kw. tł. nasycone: 27.23 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1476.57 mg; Błonnik: 30.48 g; W tym cukry: 68.95 g; WW: 32.17 Por; Potas: 3222.20 mg; Wapń: 536.07 mg; Fosfor: 1004.24 mg; Żelazo: 7.92 mg; Magnez: 223.80 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 100g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 120g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2752.15 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz ogółem: 99.11 g; Węglowodany ogółem: 318.49 g; Kw. tł. nasycone: 36.29 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1705.12 mg; Błonnik: 30.91 g; W tym cukry: 78.08 g; WW: 32.01 Por; Potas: 3606.73 mg; Wapń: 547.29 mg; Fosfor: 1127.06 mg; Żelazo: 7.82 mg; Magnez: 234.98 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.66 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz ogółem: 66.54 g; Węglowodany ogółem: 314.59 g; Kw. tł. nasycone: 27.31 g; Sól: 4.16 g; Sód: 1495.30 mg; Błonnik: 26.21 g; W tym cukry: 71.23 g; WW: 31.67 Por; Potas: 3074.97 mg; Wapń: 491.87 mg; Fosfor: 959.29 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 205.98 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/glutenu 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.99 kcal; Białko ogółem: 54.52 g; Tłuszcz ogółem: 76.58 g; Węglowodany ogółem: 274.31 g; Kw. tł. nasycone: 28.62 g; Sól: 1.97 g; Sód: 671.97 mg; Błonnik: 29.55 g; W tym cukry: 51.14 g; WW: 27.57 Por; Potas: 3214.46 mg; Wapń: 243.45 mg; Fosfor: 709.06 mg; Żelazo: 5.70 mg; Magnez: 176.30 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Marchew w plastrach 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2186.73 kcal; Białko ogółem: 75.92 g; Tłuszcz ogółem: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 313.89 g; Kw. tł. nasycone: 12.99 g; Sól: 5.66 g; Sód: 1368.08 mg; Błonnik: 31.59 g; W tym cukry: 66.73 g; WW: 31.64 Por; Potas: 3311.89 mg; Wapń: 225.54 mg; Fosfor: 792.56 mg; Żelazo: 8.00 mg; Magnez: 208.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<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>), Ziemniaki 200g , Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2309.82 kcal; Białko ogółem: 64.77 g; Tłuszcz ogółem: 67.96 g; Węglowodany ogółem: 325.09 g; Kw. tł. nasycone: 22.02 g; Sól: 5.27 g; Sód: 1445.02 mg; Błonnik: 35.39 g; W tym cukry: 72.19 g; WW: 32.55 Por; Potas: 3007.58 mg; Wapń: 497.12 mg; Fosfor: 839.49 mg; Żelazo: 8.05 mg; Magnez: 225.52 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2511.84 kcal; Białko ogółem: 83.48 g; Tłuszcz ogółem: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 325.79 g; Kw. tł. nasycone: 28.04 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1559.79 mg; Błonnik: 30.89 g; W tym cukry: 77.32 g; WW: 32.81 Por; Potas: 3489.94 mg; Wapń: 527.59 mg; Fosfor: 1029.54 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 224.95 mg;

niedziela 2025-03-02 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 manną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posilek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2433.11 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 389.94 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.12 g; Sód: 444.59 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 93.58 g; WW: 39.33 Por; Potas: 4490.90 mg; Wapń: 195.29 mg; Fosfor: 1390.92 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 296.98 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2511.84 kcal; Białko ogółem: 83.48 g; Tłuszcz ogółem: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 325.79 g; Kw. tł. nasycone: 28.04 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1559.79 mg; Błonnik: 30.89 g; W tym cukry: 77.32 g; WW: 32.81 Por; Potas: 3489.94 mg; Wapń: 527.59 mg; Fosfor: 1029.54 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 224.95 mg;

niedziela 2025-03-02 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2399.04 kcal; Białko ogółem: 82.40 g; Tłuszcz ogółem: 72.45 g; Węglowodany ogółem: 325.46 g; Kw. tł. nasycone: 24.99 g; Sól: 4.22 g; Sód: 1520.97 mg; Błonnik: 30.89 g; W tym cukry: 77.11 g; WW: 32.79 Por; Potas: 3483.34 mg; Wapń: 522.09 mg; Fosfor: 1017.24 mg; Żelazo: 7.51 mg; Magnez: 224.15 mg;

niedziela 2025-03-02 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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, MCK</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</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>), Marchew w plastrach 100g (<i>GLU, MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka świeża 30g , 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: 2326.71 kcal; Białko ogółem: 91.55 g; Tłuszcz ogółem: 72.85 g; Węglowodany ogółem: 292.94 g; Kw. tł. nasycone: 23.84 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1757.58 mg; Błonnik: 43.25 g; W tym cukry: 58.43 g; WW: 29.48 Por; Potas: 4307.73 mg; Wapń: 613.86 mg; Fosfor: 1361.05 mg; Żelazo: 11.69 mg; Magnez: 364.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-02		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 pomidorowa z makaronem b/glutenu i b/ml 300ml (SEL), Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Marchew w plastrach 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1897.74 kcal; Białko ogółem: 50.83 g; Tłuszcz ogółem: 73.69 g; Węglowodany ogółem: 256.96 g; Kw. tł. nasycone: 12.20 g; Sól: 2.30 g; Sód: 484.88 mg; Błonnik: 30.68 g; W tym cukry: 50.62 g; WW: 25.86 Por; Potas: 3239.34 mg; Wapń: 201.97 mg; Fosfor: 639.40 mg; Żelazo: 5.74 mg; Magnez: 174.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-03 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salátka 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 , Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2522.53 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz ogółem: 57.36 g; Węglowodany ogółem: 356.42 g; Kw. tł. nasycone: 15.29 g; Sól: 7.47 g; Sód: 2228.43 mg; Błonnik: 33.53 g; W tym cukry: 66.12 g; WW: 35.81 Por; Potas: 3759.57 mg; Wapń: 560.51 mg; Fosfor: 1663.51 mg; Żelazo: 30.62 mg; Magnez: 347.66 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salátka 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 , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.45 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz ogółem: 56.05 g; Węglowodany ogółem: 275.72 g; Kw. tł. nasycone: 12.90 g; Sól: 7.55 g; Sód: 2251.73 mg; Błonnik: 37.03 g; W tym cukry: 44.91 g; WW: 27.74 Por; Potas: 3723.67 mg; Wapń: 548.31 mg; Fosfor: 1683.01 mg; Żelazo: 30.82 mg; Magnez: 364.66 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2032.30 kcal; Białko ogółem: 82.51 g; Tłuszcz ogółem: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 341.36 g; Kw. tł. nasycone: 9.67 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1118.68 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 43.54 g; WW: 34.47 Por; Potas: 3082.00 mg; Wapń: 514.46 mg; Fosfor: 943.78 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 220.88 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.90 kcal; Białko ogółem: 83.55 g; Tłuszcz ogółem: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; Kw. tł. nasycone: 7.52 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1118.68 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 43.54 g; WW: 33.47 Por; Potas: 3082.00 mg; Wapń: 514.46 mg; Fosfor: 943.78 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 220.88 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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 owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1690.04 kcal; Białko ogółem: 53.33 g; Tłuszcz ogółem: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 268.79 g; Kw. tł. nasycone: 7.15 g; Sól: 1.52 g; Sód: 180.06 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 24.56 g; WW: 27.10 Por; Potas: 2387.91 mg; Wapń: 144.47 mg; Fosfor: 505.45 mg; Żelazo: 5.19 mg; Magnez: 132.13 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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: Budyń waniliowy 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2663.26 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz ogółem: 75.37 g; Węglowodany ogółem: 404.21 g; Kw. tł. nasycone: 26.13 g; Sól: 1.61 g; Sód: 611.16 mg; Błonnik: 21.55 g; W tym cukry: 108.87 g; WW: 40.81 Por; Potas: 4569.25 mg; Wapń: 771.56 mg; Fosfor: 1482.53 mg; Żelazo: 8.41 mg; Magnez: 331.36 mg;

poniedziałek 2025-03-03Jadłospis 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>), Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2443.58 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz ogółem: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 414.08 g; Kw. tł. nasycone: 13.19 g; Sól: 3.19 g; Sód: 1220.54 mg; Błonnik: 26.59 g; W tym cukry: 50.70 g; WW: 41.82 Por; Potas: 3659.13 mg; Wapń: 816.62 mg; Fosfor: 1384.07 mg; Żelazo: 10.29 mg; Magnez: 278.63 mg;

poniedziałek 2025-03-03Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
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>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2325.64 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 328.80 g; Kw. tł. nasycone: 25.04 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1323.06 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 42.54 g; WW: 33.16 Por; Potas: 3158.31 mg; Wapń: 575.87 mg; Fosfor: 1141.95 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 222.33 mg;

poniedziałek 2025-03-03Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.48 kcal; Białko ogółem: 81.29 g; Tłuszcz ogółem: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 318.59 g; Kw. tł. nasycone: 8.11 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1043.25 mg; Błonnik: 18.13 g; W tym cukry: 36.63 g; WW: 32.11 Por; Potas: 2774.78 mg; Wapń: 458.42 mg; Fosfor: 898.75 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 198.26 mg;

poniedziałek 2025-03-03Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , 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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2228.12 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz ogółem: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 294.80 g; Kw. tł. nasycone: 13.17 g; Sól: 2.06 g; Sód: 395.61 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 38.09 g; WW: 29.78 Por; Potas: 2892.93 mg; Wapń: 445.78 mg; Fosfor: 1198.43 mg; Żelazo: 24.89 mg; Magnez: 173.41 mg;

poniedziałek 2025-03-03Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z ciecierzycy 40g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 1szt ,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.75 kcal; Białko ogółem: 65.65 g; Tłuszcz ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 330.66 g; Kw. tł. nasycone: 10.10 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1059.52 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 41.65 g; WW: 33.34 Por; Potas: 2923.38 mg; Wapń: 169.50 mg; Fosfor: 679.71 mg; Żelazo: 8.42 mg; Magnez: 180.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03			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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu z warzywami po chińsku 150g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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 , Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.23 kcal; Białko ogółem: 68.37 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 320.90 g; Kw. tł. nasycone: 14.84 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2157.74 mg; Błonnik: 27.53 g; W tym cukry: 40.19 g; WW: 32.24 Por; Potas: 3077.71 mg; Wapń: 837.72 mg; Fosfor: 1147.23 mg; Żelazo: 9.10 mg; Magnez: 301.38 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki b/soli 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.42 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.05 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1151.95 mg; Błonnik: 18.31 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 31.78 Por; Potas: 3175.23 mg; Wapń: 463.78 mg; Fosfor: 1392.73 mg; Żelazo: 27.77 mg; Magnez: 221.00 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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 ,
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 2025-03-03			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki b/soli 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.42 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.05 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1151.95 mg; Błonnik: 18.31 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 31.78 Por; Potas: 3175.23 mg; Wapń: 463.78 mg; Fosfor: 1392.73 mg; Żelazo: 27.77 mg; Magnez: 221.00 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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>), Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1962.76 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz ogółem: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 326.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.37 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1059.06 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 39.36 g; WW: 32.90 Por; Potas: 3050.91 mg; Wapń: 486.47 mg; Fosfor: 931.95 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 212.13 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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 kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), 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 ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1905.12 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz ogółem: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 291.87 g; Kw. tł. nasycone: 8.60 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1316.72 mg; Błonnik: 37.63 g; W tym cukry: 44.27 g; WW: 29.44 Por; Potas: 3636.95 mg; Wapń: 534.65 mg; Fosfor: 1186.27 mg; Żelazo: 11.29 mg; Magnez: 323.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03		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), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1824.91 kcal; Białko ogółem: 69.48 g; Tłuszcz ogółem: 72.95 g; Węglowodany ogółem: 234.35 g; Kw. tł. nasycone: 13.20 g; Sól: 2.61 g; Sód: 274.11 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 24.90 g; WW: 23.74 Por; Potas: 2512.23 mg; Wapń: 121.78 mg; Fosfor: 966.23 mg; Żelazo: 24.62 mg; Magnez: 141.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-03 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salátka 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 , Ogórek kiszony 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>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2522.53 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz ogółem: 57.36 g; Węglowodany ogółem: 356.42 g; Kw. tł. nasycone: 15.29 g; Sól: 7.47 g; Sód: 2228.43 mg; Błonnik: 33.53 g; W tym cukry: 66.12 g; WW: 35.81 Por; Potas: 3759.57 mg; Wapń: 560.51 mg; Fosfor: 1663.51 mg; Żelazo: 30.62 mg; Magnez: 347.66 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salátka 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 , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.45 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz ogółem: 56.05 g; Węglowodany ogółem: 275.72 g; Kw. tł. nasycone: 12.90 g; Sól: 7.55 g; Sód: 2251.73 mg; Błonnik: 37.03 g; W tym cukry: 44.91 g; WW: 27.74 Por; Potas: 3723.67 mg; Wapń: 548.31 mg; Fosfor: 1683.01 mg; Żelazo: 30.82 mg; Magnez: 364.66 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2032.30 kcal; Białko ogółem: 82.51 g; Tłuszcz ogółem: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 341.36 g; Kw. tł. nasycone: 9.67 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1118.68 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 43.54 g; WW: 34.47 Por; Potas: 3082.00 mg; Wapń: 514.46 mg; Fosfor: 943.78 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 220.88 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.90 kcal; Białko ogółem: 83.55 g; Tłuszcz ogółem: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; Kw. tł. nasycone: 7.52 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1118.68 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 43.54 g; WW: 33.47 Por; Potas: 3082.00 mg; Wapń: 514.46 mg; Fosfor: 943.78 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 220.88 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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 owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1690.04 kcal; Białko ogółem: 53.33 g; Tłuszcz ogółem: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 268.79 g; Kw. tł. nasycone: 7.15 g; Sól: 1.52 g; Sód: 180.06 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 24.56 g; WW: 27.10 Por; Potas: 2387.91 mg; Wapń: 144.47 mg; Fosfor: 505.45 mg; Żelazo: 5.19 mg; Magnez: 132.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03			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: Budyń waniliowy 200ml (MLE),		Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (GLU, SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2663.26 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz ogółem: 75.37 g; Węglowodany ogółem: 404.21 g; Kw. tł. nasycone: 26.13 g; Sól: 1.61 g; Sód: 611.16 mg; Błonnik: 21.55 g; W tym cukry: 108.87 g; WW: 40.81 Por; Potas: 4569.25 mg; Wapń: 771.56 mg; Fosfor: 1482.53 mg; Żelazo: 8.41 mg; Magnez: 331.36 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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), Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna 100g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem (papka) 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2443.58 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz ogółem: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 414.08 g; Kw. tł. nasycone: 13.19 g; Sól: 3.19 g; Sód: 1220.54 mg; Błonnik: 26.59 g; W tym cukry: 50.70 g; WW: 41.82 Por; Potas: 3659.13 mg; Wapń: 816.62 mg; Fosfor: 1384.07 mg; Żelazo: 10.29 mg; Magnez: 278.63 mg;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2325.64 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 328.80 g; Kw. tł. nasycone: 25.04 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1323.06 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 42.54 g; WW: 33.16 Por; Potas: 3158.31 mg; Wapń: 575.87 mg; Fosfor: 1141.95 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 222.33 mg;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa
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), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.48 kcal; Białko ogółem: 81.29 g; Tłuszcz ogółem: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 318.59 g; Kw. tł. nasycone: 8.11 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1043.25 mg; Błonnik: 18.13 g; W tym cukry: 36.63 g; WW: 32.11 Por; Potas: 2774.78 mg; Wapń: 458.42 mg; Fosfor: 898.75 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 198.26 mg;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2228.12 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz ogółem: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 294.80 g; Kw. tł. nasycone: 13.17 g; Sól: 2.06 g; Sód: 395.61 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 38.09 g; WW: 29.78 Por; Potas: 2892.93 mg; Wapń: 445.78 mg; Fosfor: 1198.43 mg; Żelazo: 24.89 mg; Magnez: 173.41 mg;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z ciecierzycy 40g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Jabłko gotowane 1szt ,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.75 kcal; Białko ogółem: 65.65 g; Tłuszcz ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 330.66 g; Kw. tł. nasycone: 10.10 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1059.52 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 41.65 g; WW: 33.34 Por; Potas: 2923.38 mg; Wapń: 169.50 mg; Fosfor: 679.71 mg; Żelazo: 8.42 mg; Magnez: 180.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03			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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu z warzywami po chińsku 150g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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 , Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.23 kcal; Białko ogółem: 68.37 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 320.90 g; Kw. tł. nasycone: 14.84 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2157.74 mg; Błonnik: 27.53 g; W tym cukry: 40.19 g; WW: 32.24 Por; Potas: 3077.71 mg; Wapń: 837.72 mg; Fosfor: 1147.23 mg; Żelazo: 9.10 mg; Magnez: 301.38 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki b/soli 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.42 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.05 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1151.95 mg; Błonnik: 18.31 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 31.78 Por; Potas: 3175.23 mg; Wapń: 463.78 mg; Fosfor: 1392.73 mg; Żelazo: 27.77 mg; Magnez: 221.00 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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 ,
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 2025-03-03			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki b/soli 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.42 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.05 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1151.95 mg; Błonnik: 18.31 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 31.78 Por; Potas: 3175.23 mg; Wapń: 463.78 mg; Fosfor: 1392.73 mg; Żelazo: 27.77 mg; Magnez: 221.00 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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>), Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1962.76 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz ogółem: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 326.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.37 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1059.06 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 39.36 g; WW: 32.90 Por; Potas: 3050.91 mg; Wapń: 486.47 mg; Fosfor: 931.95 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 212.13 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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 kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), 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 ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1905.12 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz ogółem: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 291.87 g; Kw. tł. nasycone: 8.60 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1316.72 mg; Błonnik: 37.63 g; W tym cukry: 44.27 g; WW: 29.44 Por; Potas: 3636.95 mg; Wapń: 534.65 mg; Fosfor: 1186.27 mg; Żelazo: 11.29 mg; Magnez: 323.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03		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), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1824.91 kcal; Białko ogółem: 69.48 g; Tłuszcz ogółem: 72.95 g; Węglowodany ogółem: 234.35 g; Kw. tł. nasycone: 13.20 g; Sól: 2.61 g; Sód: 274.11 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 24.90 g; WW: 23.74 Por; Potas: 2512.23 mg; Wapń: 121.78 mg; Fosfor: 966.23 mg; Żelazo: 24.62 mg; Magnez: 141.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-03 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salátka 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 , Ogórek kiszony 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>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2522.53 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz ogółem: 57.36 g; Węglowodany ogółem: 356.42 g; Kw. tł. nasycone: 15.29 g; Sól: 7.47 g; Sód: 2228.43 mg; Błonnik: 33.53 g; W tym cukry: 66.12 g; WW: 35.81 Por; Potas: 3759.57 mg; Wapń: 560.51 mg; Fosfor: 1663.51 mg; Żelazo: 30.62 mg; Magnez: 347.66 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salátka 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 , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.45 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz ogółem: 56.05 g; Węglowodany ogółem: 275.72 g; Kw. tł. nasycone: 12.90 g; Sól: 7.55 g; Sód: 2251.73 mg; Błonnik: 37.03 g; W tym cukry: 44.91 g; WW: 27.74 Por; Potas: 3723.67 mg; Wapń: 548.31 mg; Fosfor: 1683.01 mg; Żelazo: 30.82 mg; Magnez: 364.66 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2032.30 kcal; Białko ogółem: 82.51 g; Tłuszcz ogółem: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 341.36 g; Kw. tł. nasycone: 9.67 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1118.68 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 43.54 g; WW: 34.47 Por; Potas: 3082.00 mg; Wapń: 514.46 mg; Fosfor: 943.78 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 220.88 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.90 kcal; Białko ogółem: 83.55 g; Tłuszcz ogółem: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; Kw. tł. nasycone: 7.52 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1118.68 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 43.54 g; WW: 33.47 Por; Potas: 3082.00 mg; Wapń: 514.46 mg; Fosfor: 943.78 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 220.88 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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 owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1690.04 kcal; Białko ogółem: 53.33 g; Tłuszcz ogółem: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 268.79 g; Kw. tł. nasycone: 7.15 g; Sól: 1.52 g; Sód: 180.06 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 24.56 g; WW: 27.10 Por; Potas: 2387.91 mg; Wapń: 144.47 mg; Fosfor: 505.45 mg; Żelazo: 5.19 mg; Magnez: 132.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03 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: Budyń waniliowy 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (GLU, SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2663.26 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz ogółem: 75.37 g; Węglowodany ogółem: 404.21 g; Kw. tł. nasycone: 26.13 g; Sól: 1.61 g; Sód: 611.16 mg; Błonnik: 21.55 g; W tym cukry: 108.87 g; WW: 40.81 Por; Potas: 4569.25 mg; Wapń: 771.56 mg; Fosfor: 1482.53 mg; Żelazo: 8.41 mg; Magnez: 331.36 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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), Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem (papka) 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2443.58 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz ogółem: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 414.08 g; Kw. tł. nasycone: 13.19 g; Sól: 3.19 g; Sód: 1220.54 mg; Błonnik: 26.59 g; W tym cukry: 50.70 g; WW: 41.82 Por; Potas: 3659.13 mg; Wapń: 816.62 mg; Fosfor: 1384.07 mg; Żelazo: 10.29 mg; Magnez: 278.63 mg;

poniedziałek 2025-03-03 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2325.64 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 328.80 g; Kw. tł. nasycone: 25.04 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1323.06 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 42.54 g; WW: 33.16 Por; Potas: 3158.31 mg; Wapń: 575.87 mg; Fosfor: 1141.95 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 222.33 mg;

poniedziałek 2025-03-03 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
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), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.48 kcal; Białko ogółem: 81.29 g; Tłuszcz ogółem: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 318.59 g; Kw. tł. nasycone: 8.11 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1043.25 mg; Błonnik: 18.13 g; W tym cukry: 36.63 g; WW: 32.11 Por; Potas: 2774.78 mg; Wapń: 458.42 mg; Fosfor: 898.75 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 198.26 mg;

poniedziałek 2025-03-03 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2228.12 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz ogółem: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 294.80 g; Kw. tł. nasycone: 13.17 g; Sól: 2.06 g; Sód: 395.61 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 38.09 g; WW: 29.78 Por; Potas: 2892.93 mg; Wapń: 445.78 mg; Fosfor: 1198.43 mg; Żelazo: 24.89 mg; Magnez: 173.41 mg;

poniedziałek 2025-03-03 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z ciecierzycy 40g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 1szt ,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.75 kcal; Białko ogółem: 65.65 g; Tłuszcz ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 330.66 g; Kw. tł. nasycone: 10.10 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1059.52 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 41.65 g; WW: 33.34 Por; Potas: 2923.38 mg; Wapń: 169.50 mg; Fosfor: 679.71 mg; Żelazo: 8.42 mg; Magnez: 180.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03			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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu z warzywami po chińsku 150g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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 , Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.23 kcal; Białko ogółem: 68.37 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 320.90 g; Kw. tł. nasycone: 14.84 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2157.74 mg; Błonnik: 27.53 g; W tym cukry: 40.19 g; WW: 32.24 Por; Potas: 3077.71 mg; Wapń: 837.72 mg; Fosfor: 1147.23 mg; Żelazo: 9.10 mg; Magnez: 301.38 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki b/soli 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.42 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.05 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1151.95 mg; Błonnik: 18.31 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 31.78 Por; Potas: 3175.23 mg; Wapń: 463.78 mg; Fosfor: 1392.73 mg; Żelazo: 27.77 mg; Magnez: 221.00 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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 ,
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 2025-03-03			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki b/soli 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.42 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.05 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1151.95 mg; Błonnik: 18.31 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 31.78 Por; Potas: 3175.23 mg; Wapń: 463.78 mg; Fosfor: 1392.73 mg; Żelazo: 27.77 mg; Magnez: 221.00 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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>), Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1962.76 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz ogółem: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 326.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.37 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1059.06 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 39.36 g; WW: 32.90 Por; Potas: 3050.91 mg; Wapń: 486.47 mg; Fosfor: 931.95 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 212.13 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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 kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), 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 ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1905.12 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz ogółem: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 291.87 g; Kw. tł. nasycone: 8.60 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1316.72 mg; Błonnik: 37.63 g; W tym cukry: 44.27 g; WW: 29.44 Por; Potas: 3636.95 mg; Wapń: 534.65 mg; Fosfor: 1186.27 mg; Żelazo: 11.29 mg; Magnez: 323.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03		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), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1824.91 kcal; Białko ogółem: 69.48 g; Tłuszcz ogółem: 72.95 g; Węglowodany ogółem: 234.35 g; Kw. tł. nasycone: 13.20 g; Sól: 2.61 g; Sód: 274.11 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 24.90 g; WW: 23.74 Por; Potas: 2512.23 mg; Wapń: 121.78 mg; Fosfor: 966.23 mg; Żelazo: 24.62 mg; Magnez: 141.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-03Jadłospis 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salátka 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 , Ogórek kiszony 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>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2522.53 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz ogółem: 57.36 g; Węglowodany ogółem: 356.42 g; Kw. tł. nasycone: 15.29 g; Sól: 7.47 g; Sód: 2228.43 mg; Błonnik: 33.53 g; W tym cukry: 66.12 g; WW: 35.81 Por; Potas: 3759.57 mg; Wapń: 560.51 mg; Fosfor: 1663.51 mg; Żelazo: 30.62 mg; Magnez: 347.66 mg;

poniedziałek 2025-03-03Jadłospis 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>), Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salátka 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 , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.45 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz ogółem: 56.05 g; Węglowodany ogółem: 275.72 g; Kw. tł. nasycone: 12.90 g; Sól: 7.55 g; Sód: 2251.73 mg; Błonnik: 37.03 g; W tym cukry: 44.91 g; WW: 27.74 Por; Potas: 3723.67 mg; Wapń: 548.31 mg; Fosfor: 1683.01 mg; Żelazo: 30.82 mg; Magnez: 364.66 mg;

poniedziałek 2025-03-03Jadłospis 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2032.30 kcal; Białko ogółem: 82.51 g; Tłuszcz ogółem: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 341.36 g; Kw. tł. nasycone: 9.67 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1118.68 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 43.54 g; WW: 34.47 Por; Potas: 3082.00 mg; Wapń: 514.46 mg; Fosfor: 943.78 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 220.88 mg;

poniedziałek 2025-03-03Jadłospis 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.90 kcal; Białko ogółem: 83.55 g; Tłuszcz ogółem: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; Kw. tł. nasycone: 7.52 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1118.68 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 43.54 g; WW: 33.47 Por; Potas: 3082.00 mg; Wapń: 514.46 mg; Fosfor: 943.78 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 220.88 mg;

poniedziałek 2025-03-03Jadłospis 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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 owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1690.04 kcal; Białko ogółem: 53.33 g; Tłuszcz ogółem: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 268.79 g; Kw. tł. nasycone: 7.15 g; Sól: 1.52 g; Sód: 180.06 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 24.56 g; WW: 27.10 Por; Potas: 2387.91 mg; Wapń: 144.47 mg; Fosfor: 505.45 mg; Żelazo: 5.19 mg; Magnez: 132.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03			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: Budyń waniliowy 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2663.26 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz ogółem: 75.37 g; Węglowodany ogółem: 404.21 g; Kw. tł. nasycone: 26.13 g; Sól: 1.61 g; Sód: 611.16 mg; Błonnik: 21.55 g; W tym cukry: 108.87 g; WW: 40.81 Por; Potas: 4569.25 mg; Wapń: 771.56 mg; Fosfor: 1482.53 mg; Żelazo: 8.41 mg; Magnez: 331.36 mg;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna 100g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 200g (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2443.58 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz ogółem: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 414.08 g; Kw. tł. nasycone: 13.19 g; Sól: 3.19 g; Sód: 1220.54 mg; Błonnik: 26.59 g; W tym cukry: 50.70 g; WW: 41.82 Por; Potas: 3659.13 mg; Wapń: 816.62 mg; Fosfor: 1384.07 mg; Żelazo: 10.29 mg; Magnez: 278.63 mg;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2325.64 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 328.80 g; Kw. tł. nasycone: 25.04 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1323.06 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 42.54 g; WW: 33.16 Por; Potas: 3158.31 mg; Wapń: 575.87 mg; Fosfor: 1141.95 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 222.33 mg;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.48 kcal; Białko ogółem: 81.29 g; Tłuszcz ogółem: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 318.59 g; Kw. tł. nasycone: 8.11 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1043.25 mg; Błonnik: 18.13 g; W tym cukry: 36.63 g; WW: 32.11 Por; Potas: 2774.78 mg; Wapń: 458.42 mg; Fosfor: 898.75 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 198.26 mg;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , 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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2228.12 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz ogółem: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 294.80 g; Kw. tł. nasycone: 13.17 g; Sól: 2.06 g; Sód: 395.61 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 38.09 g; WW: 29.78 Por; Potas: 2892.93 mg; Wapń: 445.78 mg; Fosfor: 1198.43 mg; Żelazo: 24.89 mg; Magnez: 173.41 mg;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z ciecierzycy 40g , Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Jabłko gotowane 1szt ,		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.75 kcal; Białko ogółem: 65.65 g; Tłuszcz ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 330.66 g; Kw. tł. nasycone: 10.10 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1059.52 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 41.65 g; WW: 33.34 Por; Potas: 2923.38 mg; Wapń: 169.50 mg; Fosfor: 679.71 mg; Żelazo: 8.42 mg; Magnez: 180.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03			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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu z warzywami po chińsku 150g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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 , Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.23 kcal; Białko ogółem: 68.37 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 320.90 g; Kw. tł. nasycone: 14.84 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2157.74 mg; Błonnik: 27.53 g; W tym cukry: 40.19 g; WW: 32.24 Por; Potas: 3077.71 mg; Wapń: 837.72 mg; Fosfor: 1147.23 mg; Żelazo: 9.10 mg; Magnez: 301.38 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki b/soli 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.42 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.05 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1151.95 mg; Błonnik: 18.31 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 31.78 Por; Potas: 3175.23 mg; Wapń: 463.78 mg; Fosfor: 1392.73 mg; Żelazo: 27.77 mg; Magnez: 221.00 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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 ,
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 2025-03-03			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki b/soli 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.42 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.05 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1151.95 mg; Błonnik: 18.31 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 31.78 Por; Potas: 3175.23 mg; Wapń: 463.78 mg; Fosfor: 1392.73 mg; Żelazo: 27.77 mg; Magnez: 221.00 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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>), Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1962.76 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz ogółem: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 326.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.37 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1059.06 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 39.36 g; WW: 32.90 Por; Potas: 3050.91 mg; Wapń: 486.47 mg; Fosfor: 931.95 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 212.13 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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 kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), 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>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1905.12 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz ogółem: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 291.87 g; Kw. tł. nasycone: 8.60 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1316.72 mg; Błonnik: 37.63 g; W tym cukry: 44.27 g; WW: 29.44 Por; Potas: 3636.95 mg; Wapń: 534.65 mg; Fosfor: 1186.27 mg; Żelazo: 11.29 mg; Magnez: 323.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03		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), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1824.91 kcal; Białko ogółem: 69.48 g; Tłuszcz ogółem: 72.95 g; Węglowodany ogółem: 234.35 g; Kw. tł. nasycone: 13.20 g; Sól: 2.61 g; Sód: 274.11 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 24.90 g; WW: 23.74 Por; Potas: 2512.23 mg; Wapń: 121.78 mg; Fosfor: 966.23 mg; Żelazo: 24.62 mg; Magnez: 141.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-03 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salátka 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 , Ogórek kiszony 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>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2522.53 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz ogółem: 57.36 g; Węglowodany ogółem: 356.42 g; Kw. tł. nasycone: 15.29 g; Sól: 7.47 g; Sód: 2228.43 mg; Błonnik: 33.53 g; W tym cukry: 66.12 g; WW: 35.81 Por; Potas: 3759.57 mg; Wapń: 560.51 mg; Fosfor: 1663.51 mg; Żelazo: 30.62 mg; Magnez: 347.66 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salátka 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 , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.45 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz ogółem: 56.05 g; Węglowodany ogółem: 275.72 g; Kw. tł. nasycone: 12.90 g; Sól: 7.55 g; Sód: 2251.73 mg; Błonnik: 37.03 g; W tym cukry: 44.91 g; WW: 27.74 Por; Potas: 3723.67 mg; Wapń: 548.31 mg; Fosfor: 1683.01 mg; Żelazo: 30.82 mg; Magnez: 364.66 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2032.30 kcal; Białko ogółem: 82.51 g; Tłuszcz ogółem: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 341.36 g; Kw. tł. nasycone: 9.67 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1118.68 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 43.54 g; WW: 34.47 Por; Potas: 3082.00 mg; Wapń: 514.46 mg; Fosfor: 943.78 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 220.88 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.90 kcal; Białko ogółem: 83.55 g; Tłuszcz ogółem: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; Kw. tł. nasycone: 7.52 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1118.68 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 43.54 g; WW: 33.47 Por; Potas: 3082.00 mg; Wapń: 514.46 mg; Fosfor: 943.78 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 220.88 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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 owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1690.04 kcal; Białko ogółem: 53.33 g; Tłuszcz ogółem: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 268.79 g; Kw. tł. nasycone: 7.15 g; Sól: 1.52 g; Sód: 180.06 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 24.56 g; WW: 27.10 Por; Potas: 2387.91 mg; Wapń: 144.47 mg; Fosfor: 505.45 mg; Żelazo: 5.19 mg; Magnez: 132.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03			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: Budyń waniliowy 200ml (MLE),		Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (GLU, SOJ, MLE),		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2663.26 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz ogółem: 75.37 g; Węglowodany ogółem: 404.21 g; Kw. tł. nasycone: 26.13 g; Sól: 1.61 g; Sód: 611.16 mg; Błonnik: 21.55 g; W tym cukry: 108.87 g; WW: 40.81 Por; Potas: 4569.25 mg; Wapń: 771.56 mg; Fosfor: 1482.53 mg; Żelazo: 8.41 mg; Magnez: 331.36 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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), Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna 100g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem (papka) 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 200g (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2443.58 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz ogółem: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 414.08 g; Kw. tł. nasycone: 13.19 g; Sól: 3.19 g; Sód: 1220.54 mg; Błonnik: 26.59 g; W tym cukry: 50.70 g; WW: 41.82 Por; Potas: 3659.13 mg; Wapń: 816.62 mg; Fosfor: 1384.07 mg; Żelazo: 10.29 mg; Magnez: 278.63 mg;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2325.64 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 328.80 g; Kw. tł. nasycone: 25.04 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1323.06 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 42.54 g; WW: 33.16 Por; Potas: 3158.31 mg; Wapń: 575.87 mg; Fosfor: 1141.95 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 222.33 mg;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
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), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.48 kcal; Białko ogółem: 81.29 g; Tłuszcz ogółem: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 318.59 g; Kw. tł. nasycone: 8.11 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1043.25 mg; Błonnik: 18.13 g; W tym cukry: 36.63 g; WW: 32.11 Por; Potas: 2774.78 mg; Wapń: 458.42 mg; Fosfor: 898.75 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 198.26 mg;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2228.12 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz ogółem: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 294.80 g; Kw. tł. nasycone: 13.17 g; Sól: 2.06 g; Sód: 395.61 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 38.09 g; WW: 29.78 Por; Potas: 2892.93 mg; Wapń: 445.78 mg; Fosfor: 1198.43 mg; Żelazo: 24.89 mg; Magnez: 173.41 mg;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,		Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z ciecierzycy 40g , Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Jabłko gotowane 1szt ,		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.75 kcal; Białko ogółem: 65.65 g; Tłuszcz ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 330.66 g; Kw. tł. nasycone: 10.10 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1059.52 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 41.65 g; WW: 33.34 Por; Potas: 2923.38 mg; Wapń: 169.50 mg; Fosfor: 679.71 mg; Żelazo: 8.42 mg; Magnez: 180.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03			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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu z warzywami po chińsku 150g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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 , Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.23 kcal; Białko ogółem: 68.37 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 320.90 g; Kw. tł. nasycone: 14.84 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2157.74 mg; Błonnik: 27.53 g; W tym cukry: 40.19 g; WW: 32.24 Por; Potas: 3077.71 mg; Wapń: 837.72 mg; Fosfor: 1147.23 mg; Żelazo: 9.10 mg; Magnez: 301.38 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki b/soli 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.42 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.05 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1151.95 mg; Błonnik: 18.31 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 31.78 Por; Potas: 3175.23 mg; Wapń: 463.78 mg; Fosfor: 1392.73 mg; Żelazo: 27.77 mg; Magnez: 221.00 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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 ,
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 2025-03-03			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki b/soli 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.42 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.05 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1151.95 mg; Błonnik: 18.31 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 31.78 Por; Potas: 3175.23 mg; Wapń: 463.78 mg; Fosfor: 1392.73 mg; Żelazo: 27.77 mg; Magnez: 221.00 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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>), Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1962.76 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz ogółem: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 326.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.37 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1059.06 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 39.36 g; WW: 32.90 Por; Potas: 3050.91 mg; Wapń: 486.47 mg; Fosfor: 931.95 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 212.13 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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 kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), 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>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1905.12 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz ogółem: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 291.87 g; Kw. tł. nasycone: 8.60 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1316.72 mg; Błonnik: 37.63 g; W tym cukry: 44.27 g; WW: 29.44 Por; Potas: 3636.95 mg; Wapń: 534.65 mg; Fosfor: 1186.27 mg; Żelazo: 11.29 mg; Magnez: 323.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03		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), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1824.91 kcal; Białko ogółem: 69.48 g; Tłuszcz ogółem: 72.95 g; Węglowodany ogółem: 234.35 g; Kw. tł. nasycone: 13.20 g; Sól: 2.61 g; Sód: 274.11 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 24.90 g; WW: 23.74 Por; Potas: 2512.23 mg; Wapń: 121.78 mg; Fosfor: 966.23 mg; Żelazo: 24.62 mg; Magnez: 141.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-03Jadłospis 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salátka 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 , Ogórek kiszony 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>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2522.53 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz ogółem: 57.36 g; Węglowodany ogółem: 356.42 g; Kw. tł. nasycone: 15.29 g; Sól: 7.47 g; Sód: 2228.43 mg; Błonnik: 33.53 g; W tym cukry: 66.12 g; WW: 35.81 Por; Potas: 3759.57 mg; Wapń: 560.51 mg; Fosfor: 1663.51 mg; Żelazo: 30.62 mg; Magnez: 347.66 mg;

poniedziałek 2025-03-03Jadłospis 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>), Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salátka 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 , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.45 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz ogółem: 56.05 g; Węglowodany ogółem: 275.72 g; Kw. tł. nasycone: 12.90 g; Sól: 7.55 g; Sód: 2251.73 mg; Błonnik: 37.03 g; W tym cukry: 44.91 g; WW: 27.74 Por; Potas: 3723.67 mg; Wapń: 548.31 mg; Fosfor: 1683.01 mg; Żelazo: 30.82 mg; Magnez: 364.66 mg;

poniedziałek 2025-03-03Jadłospis 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2032.30 kcal; Białko ogółem: 82.51 g; Tłuszcz ogółem: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 341.36 g; Kw. tł. nasycone: 9.67 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1118.68 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 43.54 g; WW: 34.47 Por; Potas: 3082.00 mg; Wapń: 514.46 mg; Fosfor: 943.78 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 220.88 mg;

poniedziałek 2025-03-03Jadłospis 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i pomarańczy 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.90 kcal; Białko ogółem: 83.55 g; Tłuszcz ogółem: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; Kw. tł. nasycone: 7.52 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1118.68 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 43.54 g; WW: 33.47 Por; Potas: 3082.00 mg; Wapń: 514.46 mg; Fosfor: 943.78 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 220.88 mg;

poniedziałek 2025-03-03Jadłospis 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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 owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1690.04 kcal; Białko ogółem: 53.33 g; Tłuszcz ogółem: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 268.79 g; Kw. tł. nasycone: 7.15 g; Sól: 1.52 g; Sód: 180.06 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 24.56 g; WW: 27.10 Por; Potas: 2387.91 mg; Wapń: 144.47 mg; Fosfor: 505.45 mg; Żelazo: 5.19 mg; Magnez: 132.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03 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: Budyń waniliowy 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (GLU, SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2663.26 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz ogółem: 75.37 g; Węglowodany ogółem: 404.21 g; Kw. tł. nasycone: 26.13 g; Sól: 1.61 g; Sód: 611.16 mg; Błonnik: 21.55 g; W tym cukry: 108.87 g; WW: 40.81 Por; Potas: 4569.25 mg; Wapń: 771.56 mg; Fosfor: 1482.53 mg; Żelazo: 8.41 mg; Magnez: 331.36 mg;

poniedziałek 2025-03-03 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), Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem (papka) 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2443.58 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz ogółem: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 414.08 g; Kw. tł. nasycone: 13.19 g; Sól: 3.19 g; Sód: 1220.54 mg; Błonnik: 26.59 g; W tym cukry: 50.70 g; WW: 41.82 Por; Potas: 3659.13 mg; Wapń: 816.62 mg; Fosfor: 1384.07 mg; Żelazo: 10.29 mg; Magnez: 278.63 mg;

poniedziałek 2025-03-03 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2325.64 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 328.80 g; Kw. tł. nasycone: 25.04 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1323.06 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 42.54 g; WW: 33.16 Por; Potas: 3158.31 mg; Wapń: 575.87 mg; Fosfor: 1141.95 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 222.33 mg;

poniedziałek 2025-03-03 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
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), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.48 kcal; Białko ogółem: 81.29 g; Tłuszcz ogółem: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 318.59 g; Kw. tł. nasycone: 8.11 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1043.25 mg; Błonnik: 18.13 g; W tym cukry: 36.63 g; WW: 32.11 Por; Potas: 2774.78 mg; Wapń: 458.42 mg; Fosfor: 898.75 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 198.26 mg;

poniedziałek 2025-03-03 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2228.12 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz ogółem: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 294.80 g; Kw. tł. nasycone: 13.17 g; Sól: 2.06 g; Sód: 395.61 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 38.09 g; WW: 29.78 Por; Potas: 2892.93 mg; Wapń: 445.78 mg; Fosfor: 1198.43 mg; Żelazo: 24.89 mg; Magnez: 173.41 mg;

poniedziałek 2025-03-03 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z ciecierzycy 40g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 1szt ,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.75 kcal; Białko ogółem: 65.65 g; Tłuszcz ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 330.66 g; Kw. tł. nasycone: 10.10 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1059.52 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 41.65 g; WW: 33.34 Por; Potas: 2923.38 mg; Wapń: 169.50 mg; Fosfor: 679.71 mg; Żelazo: 8.42 mg; Magnez: 180.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03			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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu z warzywami po chińsku 150g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Ziemniaki 200g , 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 , Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),		
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.23 kcal; Białko ogółem: 68.37 g; Tłuszcz ogółem: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 320.90 g; Kw. tł. nasycone: 14.84 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2157.74 mg; Błonnik: 27.53 g; W tym cukry: 40.19 g; WW: 32.24 Por; Potas: 3077.71 mg; Wapń: 837.72 mg; Fosfor: 1147.23 mg; Żelazo: 9.10 mg; Magnez: 301.38 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki b/soli 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),		
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.42 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.05 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1151.95 mg; Błonnik: 18.31 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 31.78 Por; Potas: 3175.23 mg; Wapń: 463.78 mg; Fosfor: 1392.73 mg; Żelazo: 27.77 mg; Magnez: 221.00 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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 ,		
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 2025-03-03			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki b/soli 200g , 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, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),		
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 2291.42 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.09 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; Kw. tł. nasycone: 14.05 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1151.95 mg; Błonnik: 18.31 g; W tym cukry: 39.66 g; WW: 31.78 Por; Potas: 3175.23 mg; Wapń: 463.78 mg; Fosfor: 1392.73 mg; Żelazo: 27.77 mg; Magnez: 221.00 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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>), Salatką z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,		
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 1962.76 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz ogółem: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 326.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.37 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1059.06 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 39.36 g; WW: 32.90 Por; Potas: 3050.91 mg; Wapń: 486.47 mg; Fosfor: 931.95 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 212.13 mg;

poniedziałek 2025-03-03			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 kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,		
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), 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>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,		
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),		

Wartości odżywcze: Kcal: 1905.12 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz ogółem: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 291.87 g; Kw. tł. nasycone: 8.60 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1316.72 mg; Błonnik: 37.63 g; W tym cukry: 44.27 g; WW: 29.44 Por; Potas: 3636.95 mg; Wapń: 534.65 mg; Fosfor: 1186.27 mg; Żelazo: 11.29 mg; Magnez: 323.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03		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), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1824.91 kcal; Białko ogółem: 69.48 g; Tłuszcz ogółem: 72.95 g; Węglowodany ogółem: 234.35 g; Kw. tł. nasycone: 13.20 g; Sól: 2.61 g; Sód: 274.11 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 24.90 g; WW: 23.74 Por; Potas: 2512.23 mg; Wapń: 121.78 mg; Fosfor: 966.23 mg; Żelazo: 24.62 mg; Magnez: 141.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-03	Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny	
	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , 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: 1914.35 kcal; Białko ogółem: 75.21 g; Tłuszcz ogółem: 60.39 g; Węglowodany ogółem: 235.13 g; Kw. tł. nasycone: 8.60 g; Sól: 0.62 g; Sód: 240.06 mg; Błonnik: 15.83 g; W tym cukry: 9.84 g; WW: 23.72 Por; Potas: 2056.18 mg; Wapń: 105.97 mg; Fosfor: 941.35 mg; Żelazo: 22.95 mg; Magnez: 121.62 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-04 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2174.90 kcal; Białko ogółem: 74.27 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 313.13 g; Kw. tł. nasycone: 16.71 g; Sól: 6.88 g; Sód: 2313.38 mg; Błonnik: 32.80 g; W tym cukry: 74.60 g; WW: 31.46 Por; Potas: 1899.55 mg; Wapń: 805.28 mg; Fosfor: 1022.12 mg; Żelazo: 7.55 mg; Magnez: 215.76 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Papryka świeża 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , 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>), Ogórek konserwowy 100g ,
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>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.27 kcal; Białko ogółem: 75.84 g; Tłuszcz ogółem: 51.83 g; Węglowodany ogółem: 259.57 g; Kw. tł. nasycone: 14.93 g; Sól: 7.05 g; Sód: 2371.96 mg; Błonnik: 37.37 g; W tym cukry: 50.00 g; WW: 26.12 Por; Potas: 1964.13 mg; Wapń: 808.85 mg; Fosfor: 1086.93 mg; Żelazo: 8.21 mg; Magnez: 244.83 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1973.78 kcal; Białko ogółem: 65.72 g; Tłuszcz ogółem: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 305.49 g; Kw. tł. nasycone: 10.54 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.81 g; WW: 30.81 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1789.88 kcal; Białko ogółem: 66.66 g; Tłuszcz ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 275.96 g; Kw. tł. nasycone: 8.39 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.81 g; WW: 27.81 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1594.92 kcal; Białko ogółem: 38.45 g; Tłuszcz ogółem: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 230.68 g; Kw. tł. nasycone: 7.89 g; Sól: 1.58 g; Sód: 218.66 mg; Błonnik: 22.71 g; W tym cukry: 30.07 g; WW: 23.20 Por; Potas: 1735.32 mg; Wapń: 168.37 mg; Fosfor: 301.42 mg; Żelazo: 3.37 mg; Magnez: 85.98 mg;

wtorek 2025-03-04 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 ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2507.97 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 331.84 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.09 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 109.63 g; WW: 33.47 Por; Potas: 4288.75 mg; Wapń: 877.64 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

wtorek 2025-03-04Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem (papka) 250g (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Galaretką owocowa b/owoców 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1822.87 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz ogółem: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 281.79 g; Kw. tł. nasycone: 10.14 g; Sól: 2.89 g; Sód: 1099.57 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 40.87 g; WW: 28.53 Por; Potas: 2494.15 mg; Wapń: 553.19 mg; Fosfor: 799.71 mg; Żelazo: 7.29 mg; Magnez: 179.97 mg;

wtorek 2025-03-04Jadłospis 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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2203.66 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz ogółem: 50.74 g; Węglowodany ogółem: 294.06 g; Kw. tł. nasycone: 14.24 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1212.33 mg; Błonnik: 20.13 g; W tym cukry: 51.19 g; WW: 29.62 Por; Potas: 3249.27 mg; Wapń: 705.65 mg; Fosfor: 1292.74 mg; Żelazo: 8.51 mg; Magnez: 238.67 mg;

wtorek 2025-03-04Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<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>), Dynia gotowana 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1731.16 kcal; Białko ogółem: 62.13 g; Tłuszcz ogółem: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 271.90 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 3.59 g; Sód: 1023.91 mg; Błonnik: 15.83 g; W tym cukry: 39.36 g; WW: 27.41 Por; Potas: 1877.08 mg; Wapń: 444.02 mg; Fosfor: 627.13 mg; Żelazo: 5.08 mg; Magnez: 134.00 mg;

wtorek 2025-03-04Jadłospis 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1815.63 kcal; Białko ogółem: 50.12 g; Tłuszcz ogółem: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 262.64 g; Kw. tł. nasycone: 9.20 g; Sól: 1.87 g; Sód: 333.48 mg; Błonnik: 21.94 g; W tym cukry: 42.30 g; WW: 26.40 Por; Potas: 2537.91 mg; Wapń: 501.87 mg; Fosfor: 780.56 mg; Żelazo: 5.12 mg; Magnez: 152.03 mg;

wtorek 2025-03-04Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Dynia gotowana 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.53 kcal; Białko ogółem: 57.96 g; Tłuszcz ogółem: 68.83 g; Węglowodany ogółem: 276.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.04 g; Sól: 4.84 g; Sód: 1119.79 mg; Błonnik: 19.59 g; W tym cukry: 31.77 g; WW: 27.94 Por; Potas: 2106.93 mg; Wapń: 174.77 mg; Fosfor: 473.84 mg; Żelazo: 6.27 mg; Magnez: 136.75 mg;

wtorek 2025-03-04Jadłospis 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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i cieciorą 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1829.70 kcal; Białko ogółem: 54.19 g; Tłuszcz ogółem: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 280.53 g; Kw. tł. nasycone: 10.93 g; Sól: 4.31 g; Sód: 1507.87 mg; Błonnik: 27.95 g; W tym cukry: 45.22 g; WW: 28.14 Por; Potas: 2596.36 mg; Wapń: 485.07 mg; Fosfor: 932.86 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 236.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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 b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1886.22 kcal; Białko ogółem: 64.60 g; Tłuszcz ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.47 g; Sól: 3.76 g; Sód: 1089.66 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.75 g; WW: 28.75 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 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 ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, 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 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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 b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1886.22 kcal; Białko ogółem: 64.60 g; Tłuszcz ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.47 g; Sól: 3.76 g; Sód: 1089.66 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.75 g; WW: 28.75 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1811.82 kcal; Białko ogółem: 64.54 g; Tłuszcz ogółem: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 285.09 g; Kw. tł. nasycone: 9.92 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.75 g; WW: 28.75 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 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 ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopočka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1874.74 kcal; Białko ogółem: 71.85 g; Tłuszcz ogółem: 43.60 g; Węglowodany ogółem: 264.71 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 5.45 g; Sód: 1371.50 mg; Błonnik: 36.41 g; W tym cukry: 44.35 g; WW: 26.67 Por; Potas: 2867.10 mg; Wapń: 541.99 mg; Fosfor: 965.98 mg; Żelazo: 9.38 mg; Magnez: 270.35 mg;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Dynia gotowana 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1664.16 kcal; Białko ogółem: 36.09 g; Tłuszcz ogółem: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 245.16 g; Kw. tł. nasycone: 9.84 g; Sól: 2.28 g; Sód: 200.62 mg; Błonnik: 21.06 g; W tym cukry: 28.83 g; WW: 24.70 Por; Potas: 2094.68 mg; Wapń: 158.18 mg; Fosfor: 432.48 mg; Żelazo: 4.48 mg; Magnez: 113.20 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-04 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2174.90 kcal; Białko ogółem: 74.27 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 313.13 g; Kw. tł. nasycone: 16.71 g; Sól: 6.88 g; Sód: 2313.38 mg; Błonnik: 32.80 g; W tym cukry: 74.60 g; WW: 31.46 Por; Potas: 1899.55 mg; Wapń: 805.28 mg; Fosfor: 1022.12 mg; Żelazo: 7.55 mg; Magnez: 215.76 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Papryka świeża 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , 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>), Ogórek konserwowy 100g ,
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>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.27 kcal; Białko ogółem: 75.84 g; Tłuszcz ogółem: 51.83 g; Węglowodany ogółem: 259.57 g; Kw. tł. nasycone: 14.93 g; Sól: 7.05 g; Sód: 2371.96 mg; Błonnik: 37.37 g; W tym cukry: 50.00 g; WW: 26.12 Por; Potas: 1964.13 mg; Wapń: 808.85 mg; Fosfor: 1086.93 mg; Żelazo: 8.21 mg; Magnez: 244.83 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1973.78 kcal; Białko ogółem: 65.72 g; Tłuszcz ogółem: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 305.49 g; Kw. tł. nasycone: 10.54 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.81 g; WW: 30.81 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
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 ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1789.88 kcal; Białko ogółem: 66.66 g; Tłuszcz ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 275.96 g; Kw. tł. nasycone: 8.39 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.81 g; WW: 27.81 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1594.92 kcal; Białko ogółem: 38.45 g; Tłuszcz ogółem: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 230.68 g; Kw. tł. nasycone: 7.89 g; Sól: 1.58 g; Sód: 218.66 mg; Błonnik: 22.71 g; W tym cukry: 30.07 g; WW: 23.20 Por; Potas: 1735.32 mg; Wapń: 168.37 mg; Fosfor: 301.42 mg; Żelazo: 3.37 mg; Magnez: 85.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04			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: 2507.97 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 331.84 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.09 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 109.63 g; WW: 33.47 Por; Potas: 4288.75 mg; Wapń: 877.64 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z kaszą manną (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem (papka) 250g (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 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>), Dynia gotowana (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Galaretka owocowa b/owoców 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1822.87 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz ogółem: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 281.79 g; Kw. tł. nasycone: 10.14 g; Sól: 2.89 g; Sód: 1099.57 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 40.87 g; WW: 28.53 Por; Potas: 2494.15 mg; Wapń: 553.19 mg; Fosfor: 799.71 mg; Żelazo: 7.29 mg; Magnez: 179.97 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 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 100g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2203.66 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz ogółem: 50.74 g; Węglowodany ogółem: 294.06 g; Kw. tł. nasycone: 14.24 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1212.33 mg; Błonnik: 20.13 g; W tym cukry: 51.19 g; WW: 29.62 Por; Potas: 3249.27 mg; Wapń: 705.65 mg; Fosfor: 1292.74 mg; Żelazo: 8.51 mg; Magnez: 238.67 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), 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>), Dynia gotowana 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1731.16 kcal; Białko ogółem: 62.13 g; Tłuszcz ogółem: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 271.90 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 3.59 g; Sód: 1023.91 mg; Błonnik: 15.83 g; W tym cukry: 39.36 g; WW: 27.41 Por; Potas: 1877.08 mg; Wapń: 444.02 mg; Fosfor: 627.13 mg; Żelazo: 5.08 mg; Magnez: 134.00 mg;

wtorek 2025-03-04			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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1815.63 kcal; Białko ogółem: 50.12 g; Tłuszcz ogółem: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 262.64 g; Kw. tł. nasycone: 9.20 g; Sól: 1.87 g; Sód: 333.48 mg; Błonnik: 21.94 g; W tym cukry: 42.30 g; WW: 26.40 Por; Potas: 2537.91 mg; Wapń: 501.87 mg; Fosfor: 780.56 mg; Żelazo: 5.12 mg; Magnez: 152.03 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Dynia gotowana 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyunka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.53 kcal; Białko ogółem: 57.96 g; Tłuszcz ogółem: 68.83 g; Węglowodany ogółem: 276.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.04 g; Sól: 4.84 g; Sód: 1119.79 mg; Błonnik: 19.59 g; W tym cukry: 31.77 g; WW: 27.94 Por; Potas: 2106.93 mg; Wapń: 174.77 mg; Fosfor: 473.84 mg; Żelazo: 6.27 mg; Magnez: 136.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Dynia gotowana 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1664.16 kcal; Białko ogółem: 36.09 g; Tłuszcz ogółem: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 245.16 g; Kw. tł. nasycone: 9.84 g; Sól: 2.28 g; Sód: 200.62 mg; Błonnik: 21.06 g; W tym cukry: 28.83 g; WW: 24.70 Por; Potas: 2094.68 mg; Wapń: 158.18 mg; Fosfor: 432.48 mg; Żelazo: 4.48 mg; Magnez: 113.20 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-04 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2174.90 kcal; Białko ogółem: 74.27 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 313.13 g; Kw. tł. nasycone: 16.71 g; Sól: 6.88 g; Sód: 2313.38 mg; Błonnik: 32.80 g; W tym cukry: 74.60 g; WW: 31.46 Por; Potas: 1899.55 mg; Wapń: 805.28 mg; Fosfor: 1022.12 mg; Żelazo: 7.55 mg; Magnez: 215.76 mg;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , 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>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.27 kcal; Białko ogółem: 75.84 g; Tłuszcz ogółem: 51.83 g; Węglowodany ogółem: 259.57 g; Kw. tł. nasycone: 14.93 g; Sól: 7.05 g; Sód: 2371.96 mg; Błonnik: 37.37 g; W tym cukry: 50.00 g; WW: 26.12 Por; Potas: 1964.13 mg; Wapń: 808.85 mg; Fosfor: 1086.93 mg; Żelazo: 8.21 mg; Magnez: 244.83 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1973.78 kcal; Białko ogółem: 65.72 g; Tłuszcz ogółem: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 305.49 g; Kw. tł. nasycone: 10.54 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.81 g; WW: 30.81 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1789.88 kcal; Białko ogółem: 66.66 g; Tłuszcz ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 275.96 g; Kw. tł. nasycone: 8.39 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.81 g; WW: 27.81 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1594.92 kcal; Białko ogółem: 38.45 g; Tłuszcz ogółem: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 230.68 g; Kw. tł. nasycone: 7.89 g; Sól: 1.58 g; Sód: 218.66 mg; Błonnik: 22.71 g; W tym cukry: 30.07 g; WW: 23.20 Por; Potas: 1735.32 mg; Wapń: 168.37 mg; Fosfor: 301.42 mg; Żelazo: 3.37 mg; Magnez: 85.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04			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: 2507.97 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 331.84 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.09 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 109.63 g; WW: 33.47 Por; Potas: 4288.75 mg; Wapń: 877.64 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z kaszą manną (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem (papka) 250g (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 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>), Dynia gotowana (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Galaretka owocowa b/owoców 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1822.87 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz ogółem: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 281.79 g; Kw. tł. nasycone: 10.14 g; Sól: 2.89 g; Sód: 1099.57 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 40.87 g; WW: 28.53 Por; Potas: 2494.15 mg; Wapń: 553.19 mg; Fosfor: 799.71 mg; Żelazo: 7.29 mg; Magnez: 179.97 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 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 100g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2203.66 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz ogółem: 50.74 g; Węglowodany ogółem: 294.06 g; Kw. tł. nasycone: 14.24 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1212.33 mg; Błonnik: 20.13 g; W tym cukry: 51.19 g; WW: 29.62 Por; Potas: 3249.27 mg; Wapń: 705.65 mg; Fosfor: 1292.74 mg; Żelazo: 8.51 mg; Magnez: 238.67 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), 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>), Dynia gotowana 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1731.16 kcal; Białko ogółem: 62.13 g; Tłuszcz ogółem: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 271.90 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 3.59 g; Sód: 1023.91 mg; Błonnik: 15.83 g; W tym cukry: 39.36 g; WW: 27.41 Por; Potas: 1877.08 mg; Wapń: 444.02 mg; Fosfor: 627.13 mg; Żelazo: 5.08 mg; Magnez: 134.00 mg;

wtorek 2025-03-04			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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1815.63 kcal; Białko ogółem: 50.12 g; Tłuszcz ogółem: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 262.64 g; Kw. tł. nasycone: 9.20 g; Sól: 1.87 g; Sód: 333.48 mg; Błonnik: 21.94 g; W tym cukry: 42.30 g; WW: 26.40 Por; Potas: 2537.91 mg; Wapń: 501.87 mg; Fosfor: 780.56 mg; Żelazo: 5.12 mg; Magnez: 152.03 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Dynia gotowana 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyunka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.53 kcal; Białko ogółem: 57.96 g; Tłuszcz ogółem: 68.83 g; Węglowodany ogółem: 276.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.04 g; Sól: 4.84 g; Sód: 1119.79 mg; Błonnik: 19.59 g; W tym cukry: 31.77 g; WW: 27.94 Por; Potas: 2106.93 mg; Wapń: 174.77 mg; Fosfor: 473.84 mg; Żelazo: 6.27 mg; Magnez: 136.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04Jadłospis 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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i cieciorą 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1829.70 kcal; Białko ogółem: 54.19 g; Tłuszcz ogółem: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 280.53 g; Kw. tł. nasycone: 10.93 g; Sól: 4.31 g; Sód: 1507.87 mg; Błonnik: 27.95 g; W tym cukry: 45.22 g; WW: 28.14 Por; Potas: 2596.36 mg; Wapń: 485.07 mg; Fosfor: 932.86 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 236.37 mg;

wtorek 2025-03-04Jadłospis 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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 b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1886.22 kcal; Białko ogółem: 64.60 g; Tłuszcz ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.47 g; Sól: 3.76 g; Sód: 1089.66 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.75 g; WW: 28.75 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04Jadłospis 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</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: 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 2025-03-04Jadłospis 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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 b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1886.22 kcal; Białko ogółem: 64.60 g; Tłuszcz ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.47 g; Sól: 3.76 g; Sód: 1089.66 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.75 g; WW: 28.75 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04Jadłospis 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 ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1811.82 kcal; Białko ogółem: 64.54 g; Tłuszcz ogółem: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 285.09 g; Kw. tł. nasycone: 9.92 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.75 g; WW: 28.75 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04Jadłospis 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 ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g ,
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>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1874.74 kcal; Białko ogółem: 71.85 g; Tłuszcz ogółem: 43.60 g; Węglowodany ogółem: 264.71 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 5.45 g; Sód: 1371.50 mg; Błonnik: 36.41 g; W tym cukry: 44.35 g; WW: 26.67 Por; Potas: 2867.10 mg; Wapń: 541.99 mg; Fosfor: 965.98 mg; Żelazo: 9.38 mg; Magnez: 270.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Dynia gotowana 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1664.16 kcal; Białko ogółem: 36.09 g; Tłuszcz ogółem: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 245.16 g; Kw. tł. nasycone: 9.84 g; Sól: 2.28 g; Sód: 200.62 mg; Błonnik: 21.06 g; W tym cukry: 28.83 g; WW: 24.70 Por; Potas: 2094.68 mg; Wapń: 158.18 mg; Fosfor: 432.48 mg; Żelazo: 4.48 mg; Magnez: 113.20 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-04 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2174.90 kcal; Białko ogółem: 74.27 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 313.13 g; Kw. tł. nasycone: 16.71 g; Sól: 6.88 g; Sód: 2313.38 mg; Błonnik: 32.80 g; W tym cukry: 74.60 g; WW: 31.46 Por; Potas: 1899.55 mg; Wapń: 805.28 mg; Fosfor: 1022.12 mg; Żelazo: 7.55 mg; Magnez: 215.76 mg;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , 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>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.27 kcal; Białko ogółem: 75.84 g; Tłuszcz ogółem: 51.83 g; Węglowodany ogółem: 259.57 g; Kw. tł. nasycone: 14.93 g; Sól: 7.05 g; Sód: 2371.96 mg; Błonnik: 37.37 g; W tym cukry: 50.00 g; WW: 26.12 Por; Potas: 1964.13 mg; Wapń: 808.85 mg; Fosfor: 1086.93 mg; Żelazo: 8.21 mg; Magnez: 244.83 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1973.78 kcal; Białko ogółem: 65.72 g; Tłuszcz ogółem: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 305.49 g; Kw. tł. nasycone: 10.54 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.81 g; WW: 30.81 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1789.88 kcal; Białko ogółem: 66.66 g; Tłuszcz ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 275.96 g; Kw. tł. nasycone: 8.39 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.81 g; WW: 27.81 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1594.92 kcal; Białko ogółem: 38.45 g; Tłuszcz ogółem: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 230.68 g; Kw. tł. nasycone: 7.89 g; Sól: 1.58 g; Sód: 218.66 mg; Błonnik: 22.71 g; W tym cukry: 30.07 g; WW: 23.20 Por; Potas: 1735.32 mg; Wapń: 168.37 mg; Fosfor: 301.42 mg; Żelazo: 3.37 mg; Magnez: 85.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04			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: 2507.97 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 331.84 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.09 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 109.63 g; WW: 33.47 Por; Potas: 4288.75 mg; Wapń: 877.64 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z kaszą manną (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem (papka) 250g (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 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>), Dynia gotowana (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Galaretką owocowa b/owoców 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1822.87 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz ogółem: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 281.79 g; Kw. tł. nasycone: 10.14 g; Sól: 2.89 g; Sód: 1099.57 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 40.87 g; WW: 28.53 Por; Potas: 2494.15 mg; Wapń: 553.19 mg; Fosfor: 799.71 mg; Żelazo: 7.29 mg; Magnez: 179.97 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 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 100g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2203.66 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz ogółem: 50.74 g; Węglowodany ogółem: 294.06 g; Kw. tł. nasycone: 14.24 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1212.33 mg; Błonnik: 20.13 g; W tym cukry: 51.19 g; WW: 29.62 Por; Potas: 3249.27 mg; Wapń: 705.65 mg; Fosfor: 1292.74 mg; Żelazo: 8.51 mg; Magnez: 238.67 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), 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>), Dynia gotowana 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1731.16 kcal; Białko ogółem: 62.13 g; Tłuszcz ogółem: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 271.90 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 3.59 g; Sód: 1023.91 mg; Błonnik: 15.83 g; W tym cukry: 39.36 g; WW: 27.41 Por; Potas: 1877.08 mg; Wapń: 444.02 mg; Fosfor: 627.13 mg; Żelazo: 5.08 mg; Magnez: 134.00 mg;

wtorek 2025-03-04			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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1815.63 kcal; Białko ogółem: 50.12 g; Tłuszcz ogółem: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 262.64 g; Kw. tł. nasycone: 9.20 g; Sól: 1.87 g; Sód: 333.48 mg; Błonnik: 21.94 g; W tym cukry: 42.30 g; WW: 26.40 Por; Potas: 2537.91 mg; Wapń: 501.87 mg; Fosfor: 780.56 mg; Żelazo: 5.12 mg; Magnez: 152.03 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Dynia gotowana 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.53 kcal; Białko ogółem: 57.96 g; Tłuszcz ogółem: 68.83 g; Węglowodany ogółem: 276.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.04 g; Sól: 4.84 g; Sód: 1119.79 mg; Błonnik: 19.59 g; W tym cukry: 31.77 g; WW: 27.94 Por; Potas: 2106.93 mg; Wapń: 174.77 mg; Fosfor: 473.84 mg; Żelazo: 6.27 mg; Magnez: 136.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04 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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i cieciorą 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1829.70 kcal; Białko ogółem: 54.19 g; Tłuszcz ogółem: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 280.53 g; Kw. tł. nasycone: 10.93 g; Sól: 4.31 g; Sód: 1507.87 mg; Błonnik: 27.95 g; W tym cukry: 45.22 g; WW: 28.14 Por; Potas: 2596.36 mg; Wapń: 485.07 mg; Fosfor: 932.86 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 236.37 mg;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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 b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1886.22 kcal; Białko ogółem: 64.60 g; Tłuszcz ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.47 g; Sól: 3.76 g; Sód: 1089.66 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.75 g; WW: 28.75 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 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: 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 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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 b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1886.22 kcal; Białko ogółem: 64.60 g; Tłuszcz ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.47 g; Sól: 3.76 g; Sód: 1089.66 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.75 g; WW: 28.75 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1811.82 kcal; Białko ogółem: 64.54 g; Tłuszcz ogółem: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 285.09 g; Kw. tł. nasycone: 9.92 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.75 g; WW: 28.75 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 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 ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1874.74 kcal; Białko ogółem: 71.85 g; Tłuszcz ogółem: 43.60 g; Węglowodany ogółem: 264.71 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 5.45 g; Sód: 1371.50 mg; Błonnik: 36.41 g; W tym cukry: 44.35 g; WW: 26.67 Por; Potas: 2867.10 mg; Wapń: 541.99 mg; Fosfor: 965.98 mg; Żelazo: 9.38 mg; Magnez: 270.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Dynia gotowana 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1664.16 kcal; Białko ogółem: 36.09 g; Tłuszcz ogółem: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 245.16 g; Kw. tł. nasycone: 9.84 g; Sól: 2.28 g; Sód: 200.62 mg; Błonnik: 21.06 g; W tym cukry: 28.83 g; WW: 24.70 Por; Potas: 2094.68 mg; Wapń: 158.18 mg; Fosfor: 432.48 mg; Żelazo: 4.48 mg; Magnez: 113.20 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-04 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2174.90 kcal; Białko ogółem: 74.27 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 313.13 g; Kw. tł. nasycone: 16.71 g; Sól: 6.88 g; Sód: 2313.38 mg; Błonnik: 32.80 g; W tym cukry: 74.60 g; WW: 31.46 Por; Potas: 1899.55 mg; Wapń: 805.28 mg; Fosfor: 1022.12 mg; Żelazo: 7.55 mg; Magnez: 215.76 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Papryka świeża 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , 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>), Ogórek konserwowy 100g ,
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>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.27 kcal; Białko ogółem: 75.84 g; Tłuszcz ogółem: 51.83 g; Węglowodany ogółem: 259.57 g; Kw. tł. nasycone: 14.93 g; Sól: 7.05 g; Sód: 2371.96 mg; Błonnik: 37.37 g; W tym cukry: 50.00 g; WW: 26.12 Por; Potas: 1964.13 mg; Wapń: 808.85 mg; Fosfor: 1086.93 mg; Żelazo: 8.21 mg; Magnez: 244.83 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1973.78 kcal; Białko ogółem: 65.72 g; Tłuszcz ogółem: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 305.49 g; Kw. tł. nasycone: 10.54 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.81 g; WW: 30.81 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1789.88 kcal; Białko ogółem: 66.66 g; Tłuszcz ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 275.96 g; Kw. tł. nasycone: 8.39 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.81 g; WW: 27.81 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1594.92 kcal; Białko ogółem: 38.45 g; Tłuszcz ogółem: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 230.68 g; Kw. tł. nasycone: 7.89 g; Sól: 1.58 g; Sód: 218.66 mg; Błonnik: 22.71 g; W tym cukry: 30.07 g; WW: 23.20 Por; Potas: 1735.32 mg; Wapń: 168.37 mg; Fosfor: 301.42 mg; Żelazo: 3.37 mg; Magnez: 85.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04			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: 2507.97 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 331.84 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.09 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 109.63 g; WW: 33.47 Por; Potas: 4288.75 mg; Wapń: 877.64 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z kaszą manną (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem (papka) 250g (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 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>), Dynia gotowana (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Galaretką owocowa b/owoców 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1822.87 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz ogółem: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 281.79 g; Kw. tł. nasycone: 10.14 g; Sól: 2.89 g; Sód: 1099.57 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 40.87 g; WW: 28.53 Por; Potas: 2494.15 mg; Wapń: 553.19 mg; Fosfor: 799.71 mg; Żelazo: 7.29 mg; Magnez: 179.97 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 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 100g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2203.66 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz ogółem: 50.74 g; Węglowodany ogółem: 294.06 g; Kw. tł. nasycone: 14.24 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1212.33 mg; Błonnik: 20.13 g; W tym cukry: 51.19 g; WW: 29.62 Por; Potas: 3249.27 mg; Wapń: 705.65 mg; Fosfor: 1292.74 mg; Żelazo: 8.51 mg; Magnez: 238.67 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), 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>), Dynia gotowana 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1731.16 kcal; Białko ogółem: 62.13 g; Tłuszcz ogółem: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 271.90 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 3.59 g; Sód: 1023.91 mg; Błonnik: 15.83 g; W tym cukry: 39.36 g; WW: 27.41 Por; Potas: 1877.08 mg; Wapń: 444.02 mg; Fosfor: 627.13 mg; Żelazo: 5.08 mg; Magnez: 134.00 mg;

wtorek 2025-03-04			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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1815.63 kcal; Białko ogółem: 50.12 g; Tłuszcz ogółem: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 262.64 g; Kw. tł. nasycone: 9.20 g; Sól: 1.87 g; Sód: 333.48 mg; Błonnik: 21.94 g; W tym cukry: 42.30 g; WW: 26.40 Por; Potas: 2537.91 mg; Wapń: 501.87 mg; Fosfor: 780.56 mg; Żelazo: 5.12 mg; Magnez: 152.03 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Dynia gotowana 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.53 kcal; Białko ogółem: 57.96 g; Tłuszcz ogółem: 68.83 g; Węglowodany ogółem: 276.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.04 g; Sól: 4.84 g; Sód: 1119.79 mg; Błonnik: 19.59 g; W tym cukry: 31.77 g; WW: 27.94 Por; Potas: 2106.93 mg; Wapń: 174.77 mg; Fosfor: 473.84 mg; Żelazo: 6.27 mg; Magnez: 136.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Dynia gotowana 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1664.16 kcal; Białko ogółem: 36.09 g; Tłuszcz ogółem: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 245.16 g; Kw. tł. nasycone: 9.84 g; Sól: 2.28 g; Sód: 200.62 mg; Błonnik: 21.06 g; W tym cukry: 28.83 g; WW: 24.70 Por; Potas: 2094.68 mg; Wapń: 158.18 mg; Fosfor: 432.48 mg; Żelazo: 4.48 mg; Magnez: 113.20 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-04 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2174.90 kcal; Białko ogółem: 74.27 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 313.13 g; Kw. tł. nasycone: 16.71 g; Sól: 6.88 g; Sód: 2313.38 mg; Błonnik: 32.80 g; W tym cukry: 74.60 g; WW: 31.46 Por; Potas: 1899.55 mg; Wapń: 805.28 mg; Fosfor: 1022.12 mg; Żelazo: 7.55 mg; Magnez: 215.76 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Papryka świeża 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , 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>), Ogórek konserwowy 100g ,
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>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.27 kcal; Białko ogółem: 75.84 g; Tłuszcz ogółem: 51.83 g; Węglowodany ogółem: 259.57 g; Kw. tł. nasycone: 14.93 g; Sól: 7.05 g; Sód: 2371.96 mg; Błonnik: 37.37 g; W tym cukry: 50.00 g; WW: 26.12 Por; Potas: 1964.13 mg; Wapń: 808.85 mg; Fosfor: 1086.93 mg; Żelazo: 8.21 mg; Magnez: 244.83 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1973.78 kcal; Białko ogółem: 65.72 g; Tłuszcz ogółem: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 305.49 g; Kw. tł. nasycone: 10.54 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.81 g; WW: 30.81 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 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>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1789.88 kcal; Białko ogółem: 66.66 g; Tłuszcz ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 275.96 g; Kw. tł. nasycone: 8.39 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.81 g; WW: 27.81 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1594.92 kcal; Białko ogółem: 38.45 g; Tłuszcz ogółem: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 230.68 g; Kw. tł. nasycone: 7.89 g; Sól: 1.58 g; Sód: 218.66 mg; Błonnik: 22.71 g; W tym cukry: 30.07 g; WW: 23.20 Por; Potas: 1735.32 mg; Wapń: 168.37 mg; Fosfor: 301.42 mg; Żelazo: 3.37 mg; Magnez: 85.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04			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: 2507.97 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 331.84 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 1.63 g; Sód: 554.09 mg; Błonnik: 21.59 g; W tym cukry: 109.63 g; WW: 33.47 Por; Potas: 4288.75 mg; Wapń: 877.64 mg; Fosfor: 1603.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 337.69 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z kaszą manną (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem (papka) 250g (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 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>), Dynia gotowana (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Galaretka owocowa b/owoców 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1822.87 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz ogółem: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 281.79 g; Kw. tł. nasycone: 10.14 g; Sól: 2.89 g; Sód: 1099.57 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 40.87 g; WW: 28.53 Por; Potas: 2494.15 mg; Wapń: 553.19 mg; Fosfor: 799.71 mg; Żelazo: 7.29 mg; Magnez: 179.97 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 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 100g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2203.66 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz ogółem: 50.74 g; Węglowodany ogółem: 294.06 g; Kw. tł. nasycone: 14.24 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1212.33 mg; Błonnik: 20.13 g; W tym cukry: 51.19 g; WW: 29.62 Por; Potas: 3249.27 mg; Wapń: 705.65 mg; Fosfor: 1292.74 mg; Żelazo: 8.51 mg; Magnez: 238.67 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), 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>), Dynia gotowana 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1731.16 kcal; Białko ogółem: 62.13 g; Tłuszcz ogółem: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 271.90 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 3.59 g; Sód: 1023.91 mg; Błonnik: 15.83 g; W tym cukry: 39.36 g; WW: 27.41 Por; Potas: 1877.08 mg; Wapń: 444.02 mg; Fosfor: 627.13 mg; Żelazo: 5.08 mg; Magnez: 134.00 mg;

wtorek 2025-03-04			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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1815.63 kcal; Białko ogółem: 50.12 g; Tłuszcz ogółem: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 262.64 g; Kw. tł. nasycone: 9.20 g; Sól: 1.87 g; Sód: 333.48 mg; Błonnik: 21.94 g; W tym cukry: 42.30 g; WW: 26.40 Por; Potas: 2537.91 mg; Wapń: 501.87 mg; Fosfor: 780.56 mg; Żelazo: 5.12 mg; Magnez: 152.03 mg;

wtorek 2025-03-04			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Dynia gotowana 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyunka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1892.53 kcal; Białko ogółem: 57.96 g; Tłuszcz ogółem: 68.83 g; Węglowodany ogółem: 276.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.04 g; Sól: 4.84 g; Sód: 1119.79 mg; Błonnik: 19.59 g; W tym cukry: 31.77 g; WW: 27.94 Por; Potas: 2106.93 mg; Wapń: 174.77 mg; Fosfor: 473.84 mg; Żelazo: 6.27 mg; Magnez: 136.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04			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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i cieciorą 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1829.70 kcal; Białko ogółem: 54.19 g; Tłuszcz ogółem: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 280.53 g; Kw. tł. nasycone: 10.93 g; Sól: 4.31 g; Sód: 1507.87 mg; Błonnik: 27.95 g; W tym cukry: 45.22 g; WW: 28.14 Por; Potas: 2596.36 mg; Wapń: 485.07 mg; Fosfor: 932.86 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 236.37 mg;

wtorek 2025-03-04			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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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 b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1886.22 kcal; Białko ogółem: 64.60 g; Tłuszcz ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.47 g; Sól: 3.76 g; Sód: 1089.66 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.75 g; WW: 28.75 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04			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</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: 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 2025-03-04			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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem b/soli 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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 b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1886.22 kcal; Białko ogółem: 64.60 g; Tłuszcz ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; Kw. tł. nasycone: 10.47 g; Sól: 3.76 g; Sód: 1089.66 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.75 g; WW: 28.75 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04			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 ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska 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>), Dynia gotowana 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1811.82 kcal; Białko ogółem: 64.54 g; Tłuszcz ogółem: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 285.09 g; Kw. tł. nasycone: 9.92 g; Sól: 3.75 g; Sód: 1090.21 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 44.75 g; WW: 28.75 Por; Potas: 2352.42 mg; Wapń: 504.32 mg; Fosfor: 696.97 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 158.28 mg;

wtorek 2025-03-04			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 ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 250g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Dynia gotowana 100g ,	
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>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1874.74 kcal; Białko ogółem: 71.85 g; Tłuszcz ogółem: 43.60 g; Węglowodany ogółem: 264.71 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 5.45 g; Sód: 1371.50 mg; Błonnik: 36.41 g; W tym cukry: 44.35 g; WW: 26.67 Por; Potas: 2867.10 mg; Wapń: 541.99 mg; Fosfor: 965.98 mg; Żelazo: 9.38 mg; Magnez: 270.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 250g , Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Dynia gotowana 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1664.16 kcal; Białko ogółem: 36.09 g; Tłuszcz ogółem: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 245.16 g; Kw. tł. nasycone: 9.84 g; Sól: 2.28 g; Sód: 200.62 mg; Błonnik: 21.06 g; W tym cukry: 28.83 g; WW: 24.70 Por; Potas: 2094.68 mg; Wapń: 158.18 mg; Fosfor: 432.48 mg; Żelazo: 4.48 mg; Magnez: 113.20 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny		
	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 500g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1761.50 kcal; Białko ogółem: 59.06 g; Tłuszcz ogółem: 44.19 g; Węglowodany ogółem: 252.66 g; Kw. tł. nasycone: 5.39 g; Sól: 1.17 g; Sód: 460.20 mg; Błonnik: 21.88 g; W tym cukry: 8.04 g; WW: 25.36 Por; Potas: 1715.71 mg; Wapń: 130.11 mg; Fosfor: 625.25 mg; Żelazo: 4.38 mg; Magnez: 144.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), 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>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2487.45 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz ogółem: 55.63 g; Węglowodany ogółem: 363.94 g; Kw. tł. nasycone: 16.92 g; Sól: 5.53 g; Sód: 2059.38 mg; Błonnik: 36.46 g; W tym cukry: 83.98 g; WW: 36.51 Por; Potas: 3723.01 mg; Wapń: 814.06 mg; Fosfor: 1595.39 mg; Żelazo: 12.64 mg; Magnez: 358.46 mg;

środa 2025-03-05 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 z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa szpinakowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), 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 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>), 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>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.92 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz ogółem: 50.25 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; Kw. tł. nasycone: 14.27 g; Sól: 5.55 g; Sód: 2056.43 mg; Błonnik: 39.04 g; W tym cukry: 36.76 g; WW: 27.77 Por; Potas: 3782.83 mg; Wapń: 858.57 mg; Fosfor: 1630.80 mg; Żelazo: 13.36 mg; Magnez: 401.43 mg;

środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Rukola 10g , Buraczki gotowane plastry 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2234.62 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 343.08 g; Kw. tł. nasycone: 11.76 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1265.89 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 79.58 g; WW: 34.61 Por; Potas: 3525.02 mg; Wapń: 553.62 mg; Fosfor: 1155.74 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 276.22 mg;

środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), 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 naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2121.35 kcal; Białko ogółem: 80.84 g; Tłuszcz ogółem: 45.30 g; Węglowodany ogółem: 324.55 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1265.89 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 79.58 g; WW: 32.71 Por; Potas: 3525.02 mg; Wapń: 553.62 mg; Fosfor: 1155.74 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 276.22 mg;

środa 2025-03-05 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>), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1924.65 kcal; Białko ogółem: 52.54 g; Tłuszcz ogółem: 44.70 g; Węglowodany ogółem: 282.43 g; Kw. tł. nasycone: 8.79 g; Sól: 1.37 g; Sód: 393.64 mg; Błonnik: 26.18 g; W tym cukry: 64.62 g; WW: 28.44 Por; Potas: 2815.87 mg; Wapń: 204.72 mg; Fosfor: 641.19 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 165.07 mg;

środa 2025-03-05 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>),

Jadłospisy dla oddziałów

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: 2160.92 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 325.97 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.96 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 108.00 g; WW: 32.89 Por; Potas: 4097.15 mg; Wapń: 692.31 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Buraczki gotowane (papka) 100g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2068.10 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz ogółem: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; Kw. tł. nasycone: 10.24 g; Sól: 3.88 g; Sód: 1193.54 mg; Błonnik: 24.91 g; W tym cukry: 70.44 g; WW: 32.99 Por; Potas: 3110.28 mg; Wapń: 561.49 mg; Fosfor: 1170.97 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 270.29 mg;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
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>), Pasta twarogowa z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Buraczki gotowane 90g , Rukola 10g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2414.94 kcal; Białko ogółem: 107.80 g; Tłuszcz ogółem: 55.90 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; Kw. tł. nasycone: 14.75 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1323.94 mg; Błonnik: 24.80 g; W tym cukry: 83.74 g; WW: 33.29 Por; Potas: 3673.31 mg; Wapń: 676.21 mg; Fosfor: 1451.01 mg; Żelazo: 10.88 mg; Magnez: 288.07 mg;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Buraczki gotowane 50g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<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>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.96 kcal; Białko ogółem: 78.10 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1179.10 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 70.47 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2945.47 mg; Wapń: 500.69 mg; Fosfor: 1076.80 mg; Żelazo: 9.14 mg; Magnez: 249.73 mg;

środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2095.76 kcal; Białko ogółem: 64.09 g; Tłuszcz ogółem: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; Kw. tł. nasycone: 10.03 g; Sól: 1.65 g; Sód: 505.74 mg; Błonnik: 27.39 g; W tym cukry: 76.83 g; WW: 30.87 Por; Potas: 3157.83 mg; Wapń: 503.20 mg; Fosfor: 850.37 mg; Żelazo: 6.95 mg; Magnez: 193.85 mg;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Melon żółty 150g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.22 kcal; Białko ogółem: 67.49 g; Tłuszcz ogółem: 72.69 g; Węglowodany ogółem: 320.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.98 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1272.54 mg; Błonnik: 23.14 g; W tym cukry: 67.09 g; WW: 32.36 Por; Potas: 3124.27 mg; Wapń: 248.32 mg; Fosfor: 814.09 mg; Żelazo: 9.60 mg; Magnez: 210.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-05			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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Buraczki gotowane 100g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), 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 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 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>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.77 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.42 g; Węglowodany ogółem: 278.01 g; Kw. tł. nasycone: 13.91 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1786.53 mg; Błonnik: 34.69 g; W tym cukry: 41.76 g; WW: 28.07 Por; Potas: 3930.88 mg; Wapń: 876.37 mg; Fosfor: 1513.05 mg; Żelazo: 13.93 mg; Magnez: 377.78 mg;

środa 2025-03-05			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>), Buraczki gotowane 90g , Rukola 10g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1876.01 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz ogółem: 72.71 g; Węglowodany ogółem: 261.71 g; Kw. tł. nasycone: 11.01 g; Sól: 1.29 g; Sód: 384.52 mg; Błonnik: 26.04 g; W tym cukry: 63.61 g; WW: 26.38 Por; Potas: 2807.71 mg; Wapń: 203.58 mg; Fosfor: 635.67 mg; Żelazo: 6.72 mg; Magnez: 163.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), 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>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2487.45 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz ogółem: 55.63 g; Węglowodany ogółem: 363.94 g; Kw. tł. nasycone: 16.92 g; Sól: 5.53 g; Sód: 2059.38 mg; Błonnik: 36.46 g; W tym cukry: 83.98 g; WW: 36.51 Por; Potas: 3723.01 mg; Wapń: 814.06 mg; Fosfor: 1595.39 mg; Żelazo: 12.64 mg; Magnez: 358.46 mg;

środa 2025-03-05 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 z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa szpinakowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), 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 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>), 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>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.92 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz ogółem: 50.25 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; Kw. tł. nasycone: 14.27 g; Sól: 5.55 g; Sód: 2056.43 mg; Błonnik: 39.04 g; W tym cukry: 36.76 g; WW: 27.77 Por; Potas: 3782.83 mg; Wapń: 858.57 mg; Fosfor: 1630.80 mg; Żelazo: 13.36 mg; Magnez: 401.43 mg;

środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Rukola 10g , Buraczki gotowane plastry 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2234.62 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 343.08 g; Kw. tł. nasycone: 11.76 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1265.89 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 79.58 g; WW: 34.61 Por; Potas: 3525.02 mg; Wapń: 553.62 mg; Fosfor: 1155.74 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 276.22 mg;

środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), 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 naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2121.35 kcal; Białko ogółem: 80.84 g; Tłuszcz ogółem: 45.30 g; Węglowodany ogółem: 324.55 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1265.89 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 79.58 g; WW: 32.71 Por; Potas: 3525.02 mg; Wapń: 553.62 mg; Fosfor: 1155.74 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 276.22 mg;

środa 2025-03-05 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>), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1924.65 kcal; Białko ogółem: 52.54 g; Tłuszcz ogółem: 44.70 g; Węglowodany ogółem: 282.43 g; Kw. tł. nasycone: 8.79 g; Sól: 1.37 g; Sód: 393.64 mg; Błonnik: 26.18 g; W tym cukry: 64.62 g; WW: 28.44 Por; Potas: 2815.87 mg; Wapń: 204.72 mg; Fosfor: 641.19 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 165.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-05			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: 2160.92 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 325.97 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.96 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 108.00 g; WW: 32.89 Por; Potas: 4097.15 mg; Wapń: 692.31 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (SOJ, MLE, SEL), Buraczki gotowane (papka) 100g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki (papka) 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2068.10 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz ogółem: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; Kw. tł. nasycone: 10.24 g; Sól: 3.88 g; Sód: 1193.54 mg; Błonnik: 24.91 g; W tym cukry: 70.44 g; WW: 32.99 Por; Potas: 3110.28 mg; Wapń: 561.49 mg; Fosfor: 1170.97 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 270.29 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z jogurtem 100g (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 90g , Rukola 10g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2414.94 kcal; Białko ogółem: 107.80 g; Tłuszcz ogółem: 55.90 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; Kw. tł. nasycone: 14.75 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1323.94 mg; Błonnik: 24.80 g; W tym cukry: 83.74 g; WW: 33.29 Por; Potas: 3673.31 mg; Wapń: 676.21 mg; Fosfor: 1451.01 mg; Żelazo: 10.88 mg; Magnez: 288.07 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 50g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), 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), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.96 kcal; Białko ogółem: 78.10 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1179.10 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 70.47 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2945.47 mg; Wapń: 500.69 mg; Fosfor: 1076.80 mg; Żelazo: 9.14 mg; Magnez: 249.73 mg;

środa 2025-03-05			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), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2095.76 kcal; Białko ogółem: 64.09 g; Tłuszcz ogółem: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; Kw. tł. nasycone: 10.03 g; Sól: 1.65 g; Sód: 505.74 mg; Błonnik: 27.39 g; W tym cukry: 76.83 g; WW: 30.87 Por; Potas: 3157.83 mg; Wapń: 503.20 mg; Fosfor: 850.37 mg; Żelazo: 6.95 mg; Magnez: 193.85 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 100g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta twarogowa z zieleciną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Melon żółty 150g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.22 kcal; Białko ogółem: 67.49 g; Tłuszcz ogółem: 72.69 g; Węglowodany ogółem: 320.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.98 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1272.54 mg; Błonnik: 23.14 g; W tym cukry: 67.09 g; WW: 32.36 Por; Potas: 3124.27 mg; Wapń: 248.32 mg; Fosfor: 814.09 mg; Żelazo: 9.60 mg; Magnez: 210.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-05			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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Buraczki gotowane 100g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), 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 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 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>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.77 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.42 g; Węglowodany ogółem: 278.01 g; Kw. tł. nasycone: 13.91 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1786.53 mg; Błonnik: 34.69 g; W tym cukry: 41.76 g; WW: 28.07 Por; Potas: 3930.88 mg; Wapń: 876.37 mg; Fosfor: 1513.05 mg; Żelazo: 13.93 mg; Magnez: 377.78 mg;

środa 2025-03-05			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>), Buraczki gotowane 90g , Rukola 10g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1876.01 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz ogółem: 72.71 g; Węglowodany ogółem: 261.71 g; Kw. tł. nasycone: 11.01 g; Sól: 1.29 g; Sód: 384.52 mg; Błonnik: 26.04 g; W tym cukry: 63.61 g; WW: 26.38 Por; Potas: 2807.71 mg; Wapń: 203.58 mg; Fosfor: 635.67 mg; Żelazo: 6.72 mg; Magnez: 163.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), 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>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2487.45 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz ogółem: 55.63 g; Węglowodany ogółem: 363.94 g; Kw. tł. nasycone: 16.92 g; Sól: 5.53 g; Sód: 2059.38 mg; Błonnik: 36.46 g; W tym cukry: 83.98 g; WW: 36.51 Por; Potas: 3723.01 mg; Wapń: 814.06 mg; Fosfor: 1595.39 mg; Żelazo: 12.64 mg; Magnez: 358.46 mg;

środa 2025-03-05 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 z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa szpinakowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), 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 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>), 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>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.92 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz ogółem: 50.25 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; Kw. tł. nasycone: 14.27 g; Sól: 5.55 g; Sód: 2056.43 mg; Błonnik: 39.04 g; W tym cukry: 36.76 g; WW: 27.77 Por; Potas: 3782.83 mg; Wapń: 858.57 mg; Fosfor: 1630.80 mg; Żelazo: 13.36 mg; Magnez: 401.43 mg;

środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Rukola 10g , Buraczki gotowane plastry 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2234.62 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 343.08 g; Kw. tł. nasycone: 11.76 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1265.89 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 79.58 g; WW: 34.61 Por; Potas: 3525.02 mg; Wapń: 553.62 mg; Fosfor: 1155.74 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 276.22 mg;

środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), 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 naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2121.35 kcal; Białko ogółem: 80.84 g; Tłuszcz ogółem: 45.30 g; Węglowodany ogółem: 324.55 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1265.89 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 79.58 g; WW: 32.71 Por; Potas: 3525.02 mg; Wapń: 553.62 mg; Fosfor: 1155.74 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 276.22 mg;

środa 2025-03-05 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>), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1924.65 kcal; Białko ogółem: 52.54 g; Tłuszcz ogółem: 44.70 g; Węglowodany ogółem: 282.43 g; Kw. tł. nasycone: 8.79 g; Sól: 1.37 g; Sód: 393.64 mg; Błonnik: 26.18 g; W tym cukry: 64.62 g; WW: 28.44 Por; Potas: 2815.87 mg; Wapń: 204.72 mg; Fosfor: 641.19 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 165.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-05			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: 2160.92 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 325.97 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.96 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 108.00 g; WW: 32.89 Por; Potas: 4097.15 mg; Wapń: 692.31 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (SOJ, MLE, SEL), Buraczki gotowane (papka) 100g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki (papka) 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2068.10 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz ogółem: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; Kw. tł. nasycone: 10.24 g; Sól: 3.88 g; Sód: 1193.54 mg; Błonnik: 24.91 g; W tym cukry: 70.44 g; WW: 32.99 Por; Potas: 3110.28 mg; Wapń: 561.49 mg; Fosfor: 1170.97 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 270.29 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z jogurtem 100g (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 90g , Rukola 10g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2414.94 kcal; Białko ogółem: 107.80 g; Tłuszcz ogółem: 55.90 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; Kw. tł. nasycone: 14.75 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1323.94 mg; Błonnik: 24.80 g; W tym cukry: 83.74 g; WW: 33.29 Por; Potas: 3673.31 mg; Wapń: 676.21 mg; Fosfor: 1451.01 mg; Żelazo: 10.88 mg; Magnez: 288.07 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 50g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), 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), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.96 kcal; Białko ogółem: 78.10 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1179.10 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 70.47 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2945.47 mg; Wapń: 500.69 mg; Fosfor: 1076.80 mg; Żelazo: 9.14 mg; Magnez: 249.73 mg;

środa 2025-03-05			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), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), 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 naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2095.76 kcal; Białko ogółem: 64.09 g; Tłuszcz ogółem: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; Kw. tł. nasycone: 10.03 g; Sól: 1.65 g; Sód: 505.74 mg; Błonnik: 27.39 g; W tym cukry: 76.83 g; WW: 30.87 Por; Potas: 3157.83 mg; Wapń: 503.20 mg; Fosfor: 850.37 mg; Żelazo: 6.95 mg; Magnez: 193.85 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 100g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Melon żółty 150g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.22 kcal; Białko ogółem: 67.49 g; Tłuszcz ogółem: 72.69 g; Węglowodany ogółem: 320.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.98 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1272.54 mg; Błonnik: 23.14 g; W tym cukry: 67.09 g; WW: 32.36 Por; Potas: 3124.27 mg; Wapń: 248.32 mg; Fosfor: 814.09 mg; Żelazo: 9.60 mg; Magnez: 210.17 mg;

Wartości odżywcze: Kcal: 1876.01 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz ogółem: 72.71 g; Węglowodany ogółem: 261.71 g; Kw. tł. nasycone: 11.01 g; Sól: 1.29 g; Sód: 384.52 mg; Błonnik: 26.04 g; W tym cukry: 63.61 g; WW: 26.38 Por; Potas: 2807.71 mg; Wapń: 203.58 mg; Fosfor: 635.67 mg; Żelazo: 6.72 mg; Magnez: 163.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), 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>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2487.45 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz ogółem: 55.63 g; Węglowodany ogółem: 363.94 g; Kw. tł. nasycone: 16.92 g; Sól: 5.53 g; Sód: 2059.38 mg; Błonnik: 36.46 g; W tym cukry: 83.98 g; WW: 36.51 Por; Potas: 3723.01 mg; Wapń: 814.06 mg; Fosfor: 1595.39 mg; Żelazo: 12.64 mg; Magnez: 358.46 mg;

środa 2025-03-05 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 z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa szpinakowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), 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 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>), 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>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.92 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz ogółem: 50.25 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; Kw. tł. nasycone: 14.27 g; Sól: 5.55 g; Sód: 2056.43 mg; Błonnik: 39.04 g; W tym cukry: 36.76 g; WW: 27.77 Por; Potas: 3782.83 mg; Wapń: 858.57 mg; Fosfor: 1630.80 mg; Żelazo: 13.36 mg; Magnez: 401.43 mg;

środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Rukola 10g , Buraczki gotowane plastry 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2234.62 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 343.08 g; Kw. tł. nasycone: 11.76 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1265.89 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 79.58 g; WW: 34.61 Por; Potas: 3525.02 mg; Wapń: 553.62 mg; Fosfor: 1155.74 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 276.22 mg;

środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), 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 naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2121.35 kcal; Białko ogółem: 80.84 g; Tłuszcz ogółem: 45.30 g; Węglowodany ogółem: 324.55 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1265.89 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 79.58 g; WW: 32.71 Por; Potas: 3525.02 mg; Wapń: 553.62 mg; Fosfor: 1155.74 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 276.22 mg;

środa 2025-03-05 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>), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1924.65 kcal; Białko ogółem: 52.54 g; Tłuszcz ogółem: 44.70 g; Węglowodany ogółem: 282.43 g; Kw. tł. nasycone: 8.79 g; Sól: 1.37 g; Sód: 393.64 mg; Błonnik: 26.18 g; W tym cukry: 64.62 g; WW: 28.44 Por; Potas: 2815.87 mg; Wapń: 204.72 mg; Fosfor: 641.19 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 165.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-05			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: 2160.92 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 325.97 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.96 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 108.00 g; WW: 32.89 Por; Potas: 4097.15 mg; Wapń: 692.31 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (SOJ, MLE, SEL), Buraczki gotowane (papka) 100g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki (papka) 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2068.10 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz ogółem: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; Kw. tł. nasycone: 10.24 g; Sól: 3.88 g; Sód: 1193.54 mg; Błonnik: 24.91 g; W tym cukry: 70.44 g; WW: 32.99 Por; Potas: 3110.28 mg; Wapń: 561.49 mg; Fosfor: 1170.97 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 270.29 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z jogurtem 100g (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 90g , Rukola 10g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2414.94 kcal; Białko ogółem: 107.80 g; Tłuszcz ogółem: 55.90 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; Kw. tł. nasycone: 14.75 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1323.94 mg; Błonnik: 24.80 g; W tym cukry: 83.74 g; WW: 33.29 Por; Potas: 3673.31 mg; Wapń: 676.21 mg; Fosfor: 1451.01 mg; Żelazo: 10.88 mg; Magnez: 288.07 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 50g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), 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), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.96 kcal; Białko ogółem: 78.10 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1179.10 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 70.47 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2945.47 mg; Wapń: 500.69 mg; Fosfor: 1076.80 mg; Żelazo: 9.14 mg; Magnez: 249.73 mg;

środa 2025-03-05			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), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2095.76 kcal; Białko ogółem: 64.09 g; Tłuszcz ogółem: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; Kw. tł. nasycone: 10.03 g; Sól: 1.65 g; Sód: 505.74 mg; Błonnik: 27.39 g; W tym cukry: 76.83 g; WW: 30.87 Por; Potas: 3157.83 mg; Wapń: 503.20 mg; Fosfor: 850.37 mg; Żelazo: 6.95 mg; Magnez: 193.85 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 100g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta twarogowa z zieleciną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Melon żółty 150g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.22 kcal; Białko ogółem: 67.49 g; Tłuszcz ogółem: 72.69 g; Węglowodany ogółem: 320.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.98 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1272.54 mg; Błonnik: 23.14 g; W tym cukry: 67.09 g; WW: 32.36 Por; Potas: 3124.27 mg; Wapń: 248.32 mg; Fosfor: 814.09 mg; Żelazo: 9.60 mg; Magnez: 210.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-05 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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), 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 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 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>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.77 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.42 g; Węglowodany ogółem: 278.01 g; Kw. tł. nasycone: 13.91 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1786.53 mg; Błonnik: 34.69 g; W tym cukry: 41.76 g; WW: 28.07 Por; Potas: 3930.88 mg; Wapń: 876.37 mg; Fosfor: 1513.05 mg; Żelazo: 13.93 mg; Magnez: 377.78 mg;

środa 2025-03-05 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>), Buraczki gotowane 90g , Rukola 10g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1876.01 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz ogółem: 72.71 g; Węglowodany ogółem: 261.71 g; Kw. tł. nasycone: 11.01 g; Sól: 1.29 g; Sód: 384.52 mg; Błonnik: 26.04 g; W tym cukry: 63.61 g; WW: 26.38 Por; Potas: 2807.71 mg; Wapń: 203.58 mg; Fosfor: 635.67 mg; Żelazo: 6.72 mg; Magnez: 163.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), 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>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2487.45 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz ogółem: 55.63 g; Węglowodany ogółem: 363.94 g; Kw. tł. nasycone: 16.92 g; Sól: 5.53 g; Sód: 2059.38 mg; Błonnik: 36.46 g; W tym cukry: 83.98 g; WW: 36.51 Por; Potas: 3723.01 mg; Wapń: 814.06 mg; Fosfor: 1595.39 mg; Żelazo: 12.64 mg; Magnez: 358.46 mg;

środa 2025-03-05 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 z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa szpinakowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), 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 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>), 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>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.92 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz ogółem: 50.25 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; Kw. tł. nasycone: 14.27 g; Sól: 5.55 g; Sód: 2056.43 mg; Błonnik: 39.04 g; W tym cukry: 36.76 g; WW: 27.77 Por; Potas: 3782.83 mg; Wapń: 858.57 mg; Fosfor: 1630.80 mg; Żelazo: 13.36 mg; Magnez: 401.43 mg;

środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Rukola 10g , Buraczki gotowane plastry 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2234.62 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 343.08 g; Kw. tł. nasycone: 11.76 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1265.89 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 79.58 g; WW: 34.61 Por; Potas: 3525.02 mg; Wapń: 553.62 mg; Fosfor: 1155.74 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 276.22 mg;

środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), 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 naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2121.35 kcal; Białko ogółem: 80.84 g; Tłuszcz ogółem: 45.30 g; Węglowodany ogółem: 324.55 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1265.89 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 79.58 g; WW: 32.71 Por; Potas: 3525.02 mg; Wapń: 553.62 mg; Fosfor: 1155.74 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 276.22 mg;

środa 2025-03-05 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>), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1924.65 kcal; Białko ogółem: 52.54 g; Tłuszcz ogółem: 44.70 g; Węglowodany ogółem: 282.43 g; Kw. tł. nasycone: 8.79 g; Sól: 1.37 g; Sód: 393.64 mg; Błonnik: 26.18 g; W tym cukry: 64.62 g; WW: 28.44 Por; Potas: 2815.87 mg; Wapń: 204.72 mg; Fosfor: 641.19 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 165.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-05			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: 2160.92 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 325.97 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.96 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 108.00 g; WW: 32.89 Por; Potas: 4097.15 mg; Wapń: 692.31 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (SOJ, MLE, SEL), Buraczki gotowane (papka) 100g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki (papka) 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2068.10 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz ogółem: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; Kw. tł. nasycone: 10.24 g; Sól: 3.88 g; Sód: 1193.54 mg; Błonnik: 24.91 g; W tym cukry: 70.44 g; WW: 32.99 Por; Potas: 3110.28 mg; Wapń: 561.49 mg; Fosfor: 1170.97 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 270.29 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z jogurtem 100g (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 90g , Rukola 10g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2414.94 kcal; Białko ogółem: 107.80 g; Tłuszcz ogółem: 55.90 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; Kw. tł. nasycone: 14.75 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1323.94 mg; Błonnik: 24.80 g; W tym cukry: 83.74 g; WW: 33.29 Por; Potas: 3673.31 mg; Wapń: 676.21 mg; Fosfor: 1451.01 mg; Żelazo: 10.88 mg; Magnez: 288.07 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 50g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), 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), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.96 kcal; Białko ogółem: 78.10 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1179.10 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 70.47 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2945.47 mg; Wapń: 500.69 mg; Fosfor: 1076.80 mg; Żelazo: 9.14 mg; Magnez: 249.73 mg;

środa 2025-03-05			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), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), 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 naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2095.76 kcal; Białko ogółem: 64.09 g; Tłuszcz ogółem: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; Kw. tł. nasycone: 10.03 g; Sól: 1.65 g; Sód: 505.74 mg; Błonnik: 27.39 g; W tym cukry: 76.83 g; WW: 30.87 Por; Potas: 3157.83 mg; Wapń: 503.20 mg; Fosfor: 850.37 mg; Żelazo: 6.95 mg; Magnez: 193.85 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 100g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Melon żółty 150g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.22 kcal; Białko ogółem: 67.49 g; Tłuszcz ogółem: 72.69 g; Węglowodany ogółem: 320.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.98 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1272.54 mg; Błonnik: 23.14 g; W tym cukry: 67.09 g; WW: 32.36 Por; Potas: 3124.27 mg; Wapń: 248.32 mg; Fosfor: 814.09 mg; Żelazo: 9.60 mg; Magnez: 210.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-05 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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), 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 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 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>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.77 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.42 g; Węglowodany ogółem: 278.01 g; Kw. tł. nasycone: 13.91 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1786.53 mg; Błonnik: 34.69 g; W tym cukry: 41.76 g; WW: 28.07 Por; Potas: 3930.88 mg; Wapń: 876.37 mg; Fosfor: 1513.05 mg; Żelazo: 13.93 mg; Magnez: 377.78 mg;

środa 2025-03-05 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>), Buraczki gotowane 90g , Rukola 10g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1876.01 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz ogółem: 72.71 g; Węglowodany ogółem: 261.71 g; Kw. tł. nasycone: 11.01 g; Sól: 1.29 g; Sód: 384.52 mg; Błonnik: 26.04 g; W tym cukry: 63.61 g; WW: 26.38 Por; Potas: 2807.71 mg; Wapń: 203.58 mg; Fosfor: 635.67 mg; Żelazo: 6.72 mg; Magnez: 163.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), 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>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2487.45 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz ogółem: 55.63 g; Węglowodany ogółem: 363.94 g; Kw. tł. nasycone: 16.92 g; Sól: 5.53 g; Sód: 2059.38 mg; Błonnik: 36.46 g; W tym cukry: 83.98 g; WW: 36.51 Por; Potas: 3723.01 mg; Wapń: 814.06 mg; Fosfor: 1595.39 mg; Żelazo: 12.64 mg; Magnez: 358.46 mg;

środa 2025-03-05 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 z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa szpinakowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), 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 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>), 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>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.92 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz ogółem: 50.25 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; Kw. tł. nasycone: 14.27 g; Sól: 5.55 g; Sód: 2056.43 mg; Błonnik: 39.04 g; W tym cukry: 36.76 g; WW: 27.77 Por; Potas: 3782.83 mg; Wapń: 858.57 mg; Fosfor: 1630.80 mg; Żelazo: 13.36 mg; Magnez: 401.43 mg;

środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Rukola 10g , Buraczki gotowane plastry 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2234.62 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 343.08 g; Kw. tł. nasycone: 11.76 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1265.89 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 79.58 g; WW: 34.61 Por; Potas: 3525.02 mg; Wapń: 553.62 mg; Fosfor: 1155.74 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 276.22 mg;

środa 2025-03-05 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), 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 naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2121.35 kcal; Białko ogółem: 80.84 g; Tłuszcz ogółem: 45.30 g; Węglowodany ogółem: 324.55 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1265.89 mg; Błonnik: 24.79 g; W tym cukry: 79.58 g; WW: 32.71 Por; Potas: 3525.02 mg; Wapń: 553.62 mg; Fosfor: 1155.74 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 276.22 mg;

środa 2025-03-05 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>), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</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>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1924.65 kcal; Białko ogółem: 52.54 g; Tłuszcz ogółem: 44.70 g; Węglowodany ogółem: 282.43 g; Kw. tł. nasycone: 8.79 g; Sól: 1.37 g; Sód: 393.64 mg; Błonnik: 26.18 g; W tym cukry: 64.62 g; WW: 28.44 Por; Potas: 2815.87 mg; Wapń: 204.72 mg; Fosfor: 641.19 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 165.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-05			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: 2160.92 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 325.97 g; Kw. tł. nasycone: 16.96 g; Sól: 1.34 g; Sód: 496.96 mg; Błonnik: 19.54 g; W tym cukry: 108.00 g; WW: 32.89 Por; Potas: 4097.15 mg; Wapń: 692.31 mg; Fosfor: 1321.93 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 270.59 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (SOJ, MLE, SEL), Buraczki gotowane (papka) 100g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki (papka) 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2068.10 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz ogółem: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; Kw. tł. nasycone: 10.24 g; Sól: 3.88 g; Sód: 1193.54 mg; Błonnik: 24.91 g; W tym cukry: 70.44 g; WW: 32.99 Por; Potas: 3110.28 mg; Wapń: 561.49 mg; Fosfor: 1170.97 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 270.29 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z jogurtem 100g (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 90g , Rukola 10g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2414.94 kcal; Białko ogółem: 107.80 g; Tłuszcz ogółem: 55.90 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; Kw. tł. nasycone: 14.75 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1323.94 mg; Błonnik: 24.80 g; W tym cukry: 83.74 g; WW: 33.29 Por; Potas: 3673.31 mg; Wapń: 676.21 mg; Fosfor: 1451.01 mg; Żelazo: 10.88 mg; Magnez: 288.07 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 50g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), 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), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.96 kcal; Białko ogółem: 78.10 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1179.10 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 70.47 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2945.47 mg; Wapń: 500.69 mg; Fosfor: 1076.80 mg; Żelazo: 9.14 mg; Magnez: 249.73 mg;

środa 2025-03-05			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), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Rukola 10g , Buraczki gotowane 90g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), 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 naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2095.76 kcal; Białko ogółem: 64.09 g; Tłuszcz ogółem: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; Kw. tł. nasycone: 10.03 g; Sól: 1.65 g; Sód: 505.74 mg; Błonnik: 27.39 g; W tym cukry: 76.83 g; WW: 30.87 Por; Potas: 3157.83 mg; Wapń: 503.20 mg; Fosfor: 850.37 mg; Żelazo: 6.95 mg; Magnez: 193.85 mg;

środa 2025-03-05			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Buraczki gotowane 100g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Melon żółty 150g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.22 kcal; Białko ogółem: 67.49 g; Tłuszcz ogółem: 72.69 g; Węglowodany ogółem: 320.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.98 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1272.54 mg; Błonnik: 23.14 g; W tym cukry: 67.09 g; WW: 32.36 Por; Potas: 3124.27 mg; Wapń: 248.32 mg; Fosfor: 814.09 mg; Żelazo: 9.60 mg; Magnez: 210.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-05			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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Buraczki gotowane 100g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), 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 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 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>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Melon żółty 100g , Herbata b/c 250ml ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.77 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.42 g; Węglowodany ogółem: 278.01 g; Kw. tł. nasycone: 13.91 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1786.53 mg; Błonnik: 34.69 g; W tym cukry: 41.76 g; WW: 28.07 Por; Potas: 3930.88 mg; Wapń: 876.37 mg; Fosfor: 1513.05 mg; Żelazo: 13.93 mg; Magnez: 377.78 mg;

środa 2025-03-05			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>), Buraczki gotowane 90g , Rukola 10g ,		Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1876.01 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz ogółem: 72.71 g; Węglowodany ogółem: 261.71 g; Kw. tł. nasycone: 11.01 g; Sól: 1.29 g; Sód: 384.52 mg; Błonnik: 26.04 g; W tym cukry: 63.61 g; WW: 26.38 Por; Potas: 2807.71 mg; Wapń: 203.58 mg; Fosfor: 635.67 mg; Żelazo: 6.72 mg; Magnez: 163.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny		
	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1628.76 kcal; Białko ogółem: 53.85 g; Tłuszcz ogółem: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 247.34 g; Kw. tł. nasycone: 3.22 g; Sól: 0.63 g; Sód: 235.03 mg; Błonnik: 16.96 g; W tym cukry: 11.37 g; WW: 24.91 Por; Potas: 1752.51 mg; Wapń: 69.08 mg; Fosfor: 446.49 mg; Żelazo: 3.69 mg; Magnez: 114.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-06 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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2427.94 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz ogółem: 50.45 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; Kw. tł. nasycone: 19.04 g; Sól: 6.83 g; Sód: 2077.43 mg; Błonnik: 33.86 g; W tym cukry: 68.92 g; WW: 35.04 Por; Potas: 2395.81 mg; Wapń: 803.34 mg; Fosfor: 1136.22 mg; Żelazo: 9.36 mg; Magnez: 249.89 mg;

czwartek 2025-03-06 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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , 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: 2067.71 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz ogółem: 46.53 g; Węglowodany ogółem: 283.76 g; Kw. tł. nasycone: 16.58 g; Sól: 6.92 g; Sód: 2103.88 mg; Błonnik: 36.02 g; W tym cukry: 46.02 g; WW: 28.45 Por; Potas: 2217.21 mg; Wapń: 788.40 mg; Fosfor: 1132.72 mg; Żelazo: 9.39 mg; Magnez: 257.87 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.41 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz ogółem: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 33.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2146.01 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz ogółem: 47.93 g; Węglowodany ogółem: 322.43 g; Kw. tł. nasycone: 19.16 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 32.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1884.16 kcal; Białko ogółem: 52.87 g; Tłuszcz ogółem: 49.08 g; Węglowodany ogółem: 258.57 g; Kw. tł. nasycone: 18.66 g; Sól: 2.28 g; Sód: 343.58 mg; Błonnik: 20.66 g; W tym cukry: 28.23 g; WW: 25.83 Por; Potas: 1547.13 mg; Wapń: 128.24 mg; Fosfor: 331.12 mg; Żelazo: 3.79 mg; Magnez: 91.23 mg;

czwartek 2025-03-06 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 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa koperkowa (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą (papka) 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus (papka) 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło (papka) 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>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2170.67 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz ogółem: 50.58 g; Węglowodany ogółem: 302.84 g; Kw. tł. nasycone: 21.83 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1231.70 mg; Błonnik: 22.96 g; W tym cukry: 38.87 g; WW: 30.46 Por; Potas: 2334.57 mg; Wapń: 512.91 mg; Fosfor: 885.59 mg; Żelazo: 8.01 mg; Magnez: 198.31 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2432.34 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz ogółem: 68.08 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; Kw. tł. nasycone: 32.24 g; Sól: 5.84 g; Sód: 1409.08 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 46.70 g; WW: 30.95 Por; Potas: 2332.83 mg; Wapń: 562.44 mg; Fosfor: 997.02 mg; Żelazo: 7.04 mg; Magnez: 183.38 mg;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
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 sopočka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2087.92 kcal; Białko ogółem: 78.08 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 290.24 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1152.29 mg; Błonnik: 15.14 g; W tym cukry: 34.95 g; WW: 29.05 Por; Potas: 1802.28 mg; Wapń: 431.51 mg; Fosfor: 727.68 mg; Żelazo: 6.01 mg; Magnez: 155.39 mg;

czwartek 2025-03-06 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 sopočka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Cukinia duszona na ciepło 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>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2050.67 kcal; Białko ogółem: 58.02 g; Tłuszcz ogółem: 53.60 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; Kw. tł. nasycone: 19.52 g; Sól: 2.53 g; Sód: 445.80 mg; Błonnik: 21.35 g; W tym cukry: 41.00 g; WW: 28.92 Por; Potas: 2688.77 mg; Wapń: 437.80 mg; Fosfor: 713.75 mg; Żelazo: 5.25 mg; Magnez: 160.64 mg;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , 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 , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt ,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2024.91 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz ogółem: 59.50 g; Węglowodany ogółem: 301.93 g; Kw. tł. nasycone: 13.77 g; Sól: 5.18 g; Sód: 1261.72 mg; Błonnik: 18.64 g; W tym cukry: 33.21 g; WW: 30.27 Por; Potas: 2087.51 mg; Wapń: 158.22 mg; Fosfor: 476.60 mg; Żelazo: 6.96 mg; Magnez: 142.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06			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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,			Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Tofu w plasterkach 100g (<i>SOJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.54 kcal; Białko ogółem: 76.78 g; Tłuszcz ogółem: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 285.26 g; Kw. tł. nasycone: 15.70 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1851.10 mg; Błonnik: 27.82 g; W tym cukry: 42.55 g; WW: 28.58 Por; Potas: 1616.93 mg; Wapń: 791.12 mg; Fosfor: 974.59 mg; Żelazo: 6.50 mg; Magnez: 195.57 mg;

czwartek 2025-03-06			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 , Miód sztukowy 25g 1szt ,			Zupa koperkowa z makaronem zacierka b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.91 kcal; Białko ogółem: 78.53 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 331.99 g; Kw. tł. nasycone: 21.30 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1189.65 mg; Błonnik: 18.83 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 33.28 Por; Potas: 2212.73 mg; Wapń: 464.84 mg; Fosfor: 762.57 mg; Żelazo: 6.75 mg; Magnez: 171.82 mg;

czwartek 2025-03-06			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 2025-03-06			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 , Miód sztukowy 25g 1szt ,			Zupa koperkowa z makaronem zacierka b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.41 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz ogółem: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1214.70 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 33.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.97 mg;

czwartek 2025-03-06			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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2096.51 kcal; Białko ogółem: 78.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.43 g; Węglowodany ogółem: 312.38 g; Kw. tł. nasycone: 20.76 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 31.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 249ml (<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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykorja 10g , 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2094.77 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz ogółem: 52.14 g; Węglowodany ogółem: 280.64 g; Kw. tł. nasycone: 21.08 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1486.15 mg; Błonnik: 34.65 g; W tym cukry: 44.04 g; WW: 28.14 Por; Potas: 2409.54 mg; Wapń: 479.84 mg; Fosfor: 957.13 mg; Żelazo: 9.56 mg; Magnez: 249.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06		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 koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Cukinia duszona na ciepło 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Salata maslowa 20g ,
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1634.32 kcal; Białko ogółem: 48.64 g; Tłuszcz ogółem: 53.29 g; Węglowodany ogółem: 244.67 g; Kw. tł. nasycone: 10.89 g; Sól: 2.14 g; Sód: 174.90 mg; Błonnik: 19.99 g; W tym cukry: 28.07 g; WW: 24.52 Por; Potas: 2309.87 mg; Wapń: 115.80 mg; Fosfor: 449.55 mg; Żelazo: 4.92 mg; Magnez: 127.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-06 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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2427.94 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz ogółem: 50.45 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; Kw. tł. nasycone: 19.04 g; Sól: 6.83 g; Sód: 2077.43 mg; Błonnik: 33.86 g; W tym cukry: 68.92 g; WW: 35.04 Por; Potas: 2395.81 mg; Wapń: 803.34 mg; Fosfor: 1136.22 mg; Żelazo: 9.36 mg; Magnez: 249.89 mg;

czwartek 2025-03-06 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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , 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: 2067.71 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz ogółem: 46.53 g; Węglowodany ogółem: 283.76 g; Kw. tł. nasycone: 16.58 g; Sól: 6.92 g; Sód: 2103.88 mg; Błonnik: 36.02 g; W tym cukry: 46.02 g; WW: 28.45 Por; Potas: 2217.21 mg; Wapń: 788.40 mg; Fosfor: 1132.72 mg; Żelazo: 9.39 mg; Magnez: 257.87 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.41 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz ogółem: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 33.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2146.01 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz ogółem: 47.93 g; Węglowodany ogółem: 322.43 g; Kw. tł. nasycone: 19.16 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 32.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1884.16 kcal; Białko ogółem: 52.87 g; Tłuszcz ogółem: 49.08 g; Węglowodany ogółem: 258.57 g; Kw. tł. nasycone: 18.66 g; Sól: 2.28 g; Sód: 343.58 mg; Błonnik: 20.66 g; W tym cukry: 28.23 g; WW: 25.83 Por; Potas: 1547.13 mg; Wapń: 128.24 mg; Fosfor: 331.12 mg; Żelazo: 3.79 mg; Magnez: 91.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
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 150g 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: 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 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa koperkowa (papka) 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą (papka) 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus (papka) 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2170.67 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz ogółem: 50.58 g; Węglowodany ogółem: 302.84 g; Kw. tł. nasycone: 21.83 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1231.70 mg; Błonnik: 22.96 g; W tym cukry: 38.87 g; WW: 30.46 Por; Potas: 2334.57 mg; Wapń: 512.91 mg; Fosfor: 885.59 mg; Żelazo: 8.01 mg; Magnez: 198.31 mg;

czwartek 2025-03-06 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), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Twaróg 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 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), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2432.34 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz ogółem: 68.08 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; Kw. tł. nasycone: 32.24 g; Sól: 5.84 g; Sód: 1409.08 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 46.70 g; WW: 30.95 Por; Potas: 2332.83 mg; Wapń: 562.44 mg; Fosfor: 997.02 mg; Żelazo: 7.04 mg; Magnez: 183.38 mg;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 100g , 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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2087.92 kcal; Białko ogółem: 78.08 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 290.24 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1152.29 mg; Błonnik: 15.14 g; W tym cukry: 34.95 g; WW: 29.05 Por; Potas: 1802.28 mg; Wapń: 431.51 mg; Fosfor: 727.68 mg; Żelazo: 6.01 mg; Magnez: 155.39 mg;

czwartek 2025-03-06 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 sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Cukinia duszona na ciepło 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), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2050.67 kcal; Białko ogółem: 58.02 g; Tłuszcz ogółem: 53.60 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; Kw. tł. nasycone: 19.52 g; Sól: 2.53 g; Sód: 445.80 mg; Błonnik: 21.35 g; W tym cukry: 41.00 g; WW: 28.92 Por; Potas: 2688.77 mg; Wapń: 437.80 mg; Fosfor: 713.75 mg; Żelazo: 5.25 mg; Magnez: 160.64 mg;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt ,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2024.91 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz ogółem: 59.50 g; Węglowodany ogółem: 301.93 g; Kw. tł. nasycone: 13.77 g; Sól: 5.18 g; Sód: 1261.72 mg; Błonnik: 18.64 g; W tym cukry: 33.21 g; WW: 30.27 Por; Potas: 2087.51 mg; Wapń: 158.22 mg; Fosfor: 476.60 mg; Żelazo: 6.96 mg; Magnez: 142.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06		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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Tofu w plasterkach 100g (<i>SOJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.54 kcal; Białko ogółem: 76.78 g; Tłuszcz ogółem: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 285.26 g; Kw. tł. nasycone: 15.70 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1851.10 mg; Błonnik: 27.82 g; W tym cukry: 42.55 g; WW: 28.58 Por; Potas: 1616.93 mg; Wapń: 791.12 mg; Fosfor: 974.59 mg; Żelazo: 6.50 mg; Magnez: 195.57 mg;

czwartek 2025-03-06		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 , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.91 kcal; Białko ogółem: 78.53 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 331.99 g; Kw. tł. nasycone: 21.30 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1189.65 mg; Błonnik: 18.83 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 33.28 Por; Potas: 2212.73 mg; Wapń: 464.84 mg; Fosfor: 762.57 mg; Żelazo: 6.75 mg; Magnez: 171.82 mg;

czwartek 2025-03-06		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 mąnną) 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 2025-03-06		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 , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.41 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz ogółem: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1214.70 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 33.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.97 mg;

czwartek 2025-03-06		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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2096.51 kcal; Białko ogółem: 78.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.43 g; Węglowodany ogółem: 312.38 g; Kw. tł. nasycone: 20.76 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 31.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 249ml (<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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykorja 10g , 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: 2094.77 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz ogółem: 52.14 g; Węglowodany ogółem: 280.64 g; Kw. tł. nasycone: 21.08 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1486.15 mg; Błonnik: 34.65 g; W tym cukry: 44.04 g; WW: 28.14 Por; Potas: 2409.54 mg; Wapń: 479.84 mg; Fosfor: 957.13 mg; Żelazo: 9.56 mg; Magnez: 249.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06		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 koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Cukinia duszona na ciepło 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Salata maslowa 20g ,
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1634.32 kcal; Białko ogółem: 48.64 g; Tłuszcz ogółem: 53.29 g; Węglowodany ogółem: 244.67 g; Kw. tł. nasycone: 10.89 g; Sól: 2.14 g; Sód: 174.90 mg; Błonnik: 19.99 g; W tym cukry: 28.07 g; WW: 24.52 Por; Potas: 2309.87 mg; Wapń: 115.80 mg; Fosfor: 449.55 mg; Żelazo: 4.92 mg; Magnez: 127.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-06 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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2427.94 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz ogółem: 50.45 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; Kw. tł. nasycone: 19.04 g; Sól: 6.83 g; Sód: 2077.43 mg; Błonnik: 33.86 g; W tym cukry: 68.92 g; WW: 35.04 Por; Potas: 2395.81 mg; Wapń: 803.34 mg; Fosfor: 1136.22 mg; Żelazo: 9.36 mg; Magnez: 249.89 mg;

czwartek 2025-03-06 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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , 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: 2067.71 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz ogółem: 46.53 g; Węglowodany ogółem: 283.76 g; Kw. tł. nasycone: 16.58 g; Sól: 6.92 g; Sód: 2103.88 mg; Błonnik: 36.02 g; W tym cukry: 46.02 g; WW: 28.45 Por; Potas: 2217.21 mg; Wapń: 788.40 mg; Fosfor: 1132.72 mg; Żelazo: 9.39 mg; Magnez: 257.87 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.41 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz ogółem: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 33.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2146.01 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz ogółem: 47.93 g; Węglowodany ogółem: 322.43 g; Kw. tł. nasycone: 19.16 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 32.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1884.16 kcal; Białko ogółem: 52.87 g; Tłuszcz ogółem: 49.08 g; Węglowodany ogółem: 258.57 g; Kw. tł. nasycone: 18.66 g; Sól: 2.28 g; Sód: 343.58 mg; Błonnik: 20.66 g; W tym cukry: 28.23 g; WW: 25.83 Por; Potas: 1547.13 mg; Wapń: 128.24 mg; Fosfor: 331.12 mg; Żelazo: 3.79 mg; Magnez: 91.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06 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 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną (papak) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g, Pasta warzywna 100g,	Zupa koperkowa (papak) 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą (papak) 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus (papak) 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło (papak) 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pasta warzywna 100g, Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 2170.67 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz ogółem: 50.58 g; Węglowodany ogółem: 302.84 g; Kw. tł. nasycone: 21.83 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1231.70 mg; Błonnik: 22.96 g; W tym cukry: 38.87 g; WW: 30.46 Por; Potas: 2334.57 mg; Wapń: 512.91 mg; Fosfor: 885.59 mg; Żelazo: 8.01 mg; Magnez: 198.31 mg;

czwartek 2025-03-06 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), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Twaróg 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 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), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salata masłowa 20g, Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g, Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2432.34 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz ogółem: 68.08 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; Kw. tł. nasycone: 32.24 g; Sól: 5.84 g; Sód: 1409.08 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 46.70 g; WW: 30.95 Por; Potas: 2332.83 mg; Wapń: 562.44 mg; Fosfor: 997.02 mg; Żelazo: 7.04 mg; Magnez: 183.38 mg;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g, Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g, Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2087.92 kcal; Białko ogółem: 78.08 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 290.24 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1152.29 mg; Błonnik: 15.14 g; W tym cukry: 34.95 g; WW: 29.05 Por; Potas: 1802.28 mg; Wapń: 431.51 mg; Fosfor: 727.68 mg; Żelazo: 6.01 mg; Magnez: 155.39 mg;

czwartek 2025-03-06 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 sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml, Ryż na sypko 200g, Cukinia duszona na ciepło 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), Salata masłowa 20g, Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g, Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2050.67 kcal; Białko ogółem: 58.02 g; Tłuszcz ogółem: 53.60 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; Kw. tł. nasycone: 19.52 g; Sól: 2.53 g; Sód: 445.80 mg; Błonnik: 21.35 g; W tym cukry: 41.00 g; WW: 28.92 Por; Potas: 2688.77 mg; Wapń: 437.80 mg; Fosfor: 713.75 mg; Żelazo: 5.25 mg; Magnez: 160.64 mg;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt, Szynka delikatesowa drobiowa 40g, Pomidor b/skóry 100g,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 100g, Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt, Miód sztukowy 25g 1szt, Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salata masłowa 20g,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt, Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Cykoria 10g, Herbata b/c 250ml,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g, Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2024.91 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz ogółem: 59.50 g; Węglowodany ogółem: 301.93 g; Kw. tł. nasycone: 13.77 g; Sól: 5.18 g; Sód: 1261.72 mg; Błonnik: 18.64 g; W tym cukry: 33.21 g; WW: 30.27 Por; Potas: 2087.51 mg; Wapń: 158.22 mg; Fosfor: 476.60 mg; Żelazo: 6.96 mg; Magnez: 142.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06			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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,			Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Tofu w plasterkach 100g (<i>SOJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.54 kcal; Białko ogółem: 76.78 g; Tłuszcz ogółem: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 285.26 g; Kw. tł. nasycone: 15.70 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1851.10 mg; Błonnik: 27.82 g; W tym cukry: 42.55 g; WW: 28.58 Por; Potas: 1616.93 mg; Wapń: 791.12 mg; Fosfor: 974.59 mg; Żelazo: 6.50 mg; Magnez: 195.57 mg;

czwartek 2025-03-06			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 , Miód sztukowy 25g 1szt ,			Zupa koperkowa z makaronem zacierka b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.91 kcal; Białko ogółem: 78.53 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 331.99 g; Kw. tł. nasycone: 21.30 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1189.65 mg; Błonnik: 18.83 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 33.28 Por; Potas: 2212.73 mg; Wapń: 464.84 mg; Fosfor: 762.57 mg; Żelazo: 6.75 mg; Magnez: 171.82 mg;

czwartek 2025-03-06			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: 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 2025-03-06			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 , Miód sztukowy 25g 1szt ,			Zupa koperkowa z makaronem zacierka b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.41 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz ogółem: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1214.70 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 33.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.97 mg;

czwartek 2025-03-06			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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2096.51 kcal; Białko ogółem: 78.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.43 g; Węglowodany ogółem: 312.38 g; Kw. tł. nasycone: 20.76 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 31.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 249ml (<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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykorja 10g , 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: 2094.77 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz ogółem: 52.14 g; Węglowodany ogółem: 280.64 g; Kw. tł. nasycone: 21.08 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1486.15 mg; Błonnik: 34.65 g; W tym cukry: 44.04 g; WW: 28.14 Por; Potas: 2409.54 mg; Wapń: 479.84 mg; Fosfor: 957.13 mg; Żelazo: 9.56 mg; Magnez: 249.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06		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 koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Cukinia duszona na ciepło 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Salata maslowa 20g ,
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1634.32 kcal; Białko ogółem: 48.64 g; Tłuszcz ogółem: 53.29 g; Węglowodany ogółem: 244.67 g; Kw. tł. nasycone: 10.89 g; Sól: 2.14 g; Sód: 174.90 mg; Błonnik: 19.99 g; W tym cukry: 28.07 g; WW: 24.52 Por; Potas: 2309.87 mg; Wapń: 115.80 mg; Fosfor: 449.55 mg; Żelazo: 4.92 mg; Magnez: 127.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-06 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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2427.94 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz ogółem: 50.45 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; Kw. tł. nasycone: 19.04 g; Sól: 6.83 g; Sód: 2077.43 mg; Błonnik: 33.86 g; W tym cukry: 68.92 g; WW: 35.04 Por; Potas: 2395.81 mg; Wapń: 803.34 mg; Fosfor: 1136.22 mg; Żelazo: 9.36 mg; Magnez: 249.89 mg;

czwartek 2025-03-06 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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , 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: 2067.71 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz ogółem: 46.53 g; Węglowodany ogółem: 283.76 g; Kw. tł. nasycone: 16.58 g; Sól: 6.92 g; Sód: 2103.88 mg; Błonnik: 36.02 g; W tym cukry: 46.02 g; WW: 28.45 Por; Potas: 2217.21 mg; Wapń: 788.40 mg; Fosfor: 1132.72 mg; Żelazo: 9.39 mg; Magnez: 257.87 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.41 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz ogółem: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 33.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2146.01 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz ogółem: 47.93 g; Węglowodany ogółem: 322.43 g; Kw. tł. nasycone: 19.16 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 32.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1884.16 kcal; Białko ogółem: 52.87 g; Tłuszcz ogółem: 49.08 g; Węglowodany ogółem: 258.57 g; Kw. tł. nasycone: 18.66 g; Sól: 2.28 g; Sód: 343.58 mg; Błonnik: 20.66 g; W tym cukry: 28.23 g; WW: 25.83 Por; Potas: 1547.13 mg; Wapń: 128.24 mg; Fosfor: 331.12 mg; Żelazo: 3.79 mg; Magnez: 91.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
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 150g 1szt (MLE),			Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 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 ,			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 2025-03-06			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,			Zupa koperkowa (papka) 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą (papka) 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus (papka) 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),		
Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 2170.67 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz ogółem: 50.58 g; Węglowodany ogółem: 302.84 g; Kw. tł. nasycone: 21.83 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1231.70 mg; Błonnik: 22.96 g; W tym cukry: 38.87 g; WW: 30.46 Por; Potas: 2334.57 mg; Wapń: 512.91 mg; Fosfor: 885.59 mg; Żelazo: 8.01 mg; Magnez: 198.31 mg;

czwartek 2025-03-06			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), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Twaróg 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 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), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),		
Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 2432.34 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz ogółem: 68.08 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; Kw. tł. nasycone: 32.24 g; Sól: 5.84 g; Sód: 1409.08 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 46.70 g; WW: 30.95 Por; Potas: 2332.83 mg; Wapń: 562.44 mg; Fosfor: 997.02 mg; Żelazo: 7.04 mg; Magnez: 183.38 mg;

czwartek 2025-03-06			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g ,			Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 100g , Kompot owocowy 250ml ,		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),		
Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 2087.92 kcal; Białko ogółem: 78.08 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 290.24 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1152.29 mg; Błonnik: 15.14 g; W tym cukry: 34.95 g; WW: 29.05 Por; Potas: 1802.28 mg; Wapń: 431.51 mg; Fosfor: 727.68 mg; Żelazo: 6.01 mg; Magnez: 155.39 mg;

czwartek 2025-03-06			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 sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Cukinia duszona na ciepło 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), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),		
Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 2050.67 kcal; Białko ogółem: 58.02 g; Tłuszcz ogółem: 53.60 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; Kw. tł. nasycone: 19.52 g; Sól: 2.53 g; Sód: 445.80 mg; Błonnik: 21.35 g; W tym cukry: 41.00 g; WW: 28.92 Por; Potas: 2688.77 mg; Wapń: 437.80 mg; Fosfor: 713.75 mg; Żelazo: 5.25 mg; Magnez: 160.64 mg;

czwartek 2025-03-06			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salata masłowa 20g ,			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salata masłowa 20g ,		
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt ,		
Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 2024.91 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz ogółem: 59.50 g; Węglowodany ogółem: 301.93 g; Kw. tł. nasycone: 13.77 g; Sól: 5.18 g; Sód: 1261.72 mg; Błonnik: 18.64 g; W tym cukry: 33.21 g; WW: 30.27 Por; Potas: 2087.51 mg; Wapń: 158.22 mg; Fosfor: 476.60 mg; Żelazo: 6.96 mg; Magnez: 142.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06		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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Tofu w plasterkach 100g (<i>SOJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.54 kcal; Białko ogółem: 76.78 g; Tłuszcz ogółem: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 285.26 g; Kw. tł. nasycone: 15.70 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1851.10 mg; Błonnik: 27.82 g; W tym cukry: 42.55 g; WW: 28.58 Por; Potas: 1616.93 mg; Wapń: 791.12 mg; Fosfor: 974.59 mg; Żelazo: 6.50 mg; Magnez: 195.57 mg;

czwartek 2025-03-06		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 , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.91 kcal; Białko ogółem: 78.53 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 331.99 g; Kw. tł. nasycone: 21.30 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1189.65 mg; Błonnik: 18.83 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 33.28 Por; Potas: 2212.73 mg; Wapń: 464.84 mg; Fosfor: 762.57 mg; Żelazo: 6.75 mg; Magnez: 171.82 mg;

czwartek 2025-03-06		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 2025-03-06		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 , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.41 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz ogółem: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1214.70 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 33.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.97 mg;

czwartek 2025-03-06		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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2096.51 kcal; Białko ogółem: 78.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.43 g; Węglowodany ogółem: 312.38 g; Kw. tł. nasycone: 20.76 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 31.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 249ml (<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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , 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: 2094.77 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz ogółem: 52.14 g; Węglowodany ogółem: 280.64 g; Kw. tł. nasycone: 21.08 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1486.15 mg; Błonnik: 34.65 g; W tym cukry: 44.04 g; WW: 28.14 Por; Potas: 2409.54 mg; Wapń: 479.84 mg; Fosfor: 957.13 mg; Żelazo: 9.56 mg; Magnez: 249.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06		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 koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Cukinia duszona na ciepło 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Salata maslowa 20g ,
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1634.32 kcal; Białko ogółem: 48.64 g; Tłuszcz ogółem: 53.29 g; Węglowodany ogółem: 244.67 g; Kw. tł. nasycone: 10.89 g; Sól: 2.14 g; Sód: 174.90 mg; Błonnik: 19.99 g; W tym cukry: 28.07 g; WW: 24.52 Por; Potas: 2309.87 mg; Wapń: 115.80 mg; Fosfor: 449.55 mg; Żelazo: 4.92 mg; Magnez: 127.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-06 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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2427.94 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz ogółem: 50.45 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; Kw. tł. nasycone: 19.04 g; Sól: 6.83 g; Sód: 2077.43 mg; Błonnik: 33.86 g; W tym cukry: 68.92 g; WW: 35.04 Por; Potas: 2395.81 mg; Wapń: 803.34 mg; Fosfor: 1136.22 mg; Żelazo: 9.36 mg; Magnez: 249.89 mg;

czwartek 2025-03-06 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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , 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: 2067.71 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz ogółem: 46.53 g; Węglowodany ogółem: 283.76 g; Kw. tł. nasycone: 16.58 g; Sól: 6.92 g; Sód: 2103.88 mg; Błonnik: 36.02 g; W tym cukry: 46.02 g; WW: 28.45 Por; Potas: 2217.21 mg; Wapń: 788.40 mg; Fosfor: 1132.72 mg; Żelazo: 9.39 mg; Magnez: 257.87 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.41 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz ogółem: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 33.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2146.01 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz ogółem: 47.93 g; Węglowodany ogółem: 322.43 g; Kw. tł. nasycone: 19.16 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 32.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1884.16 kcal; Białko ogółem: 52.87 g; Tłuszcz ogółem: 49.08 g; Węglowodany ogółem: 258.57 g; Kw. tł. nasycone: 18.66 g; Sól: 2.28 g; Sód: 343.58 mg; Błonnik: 20.66 g; W tym cukry: 28.23 g; WW: 25.83 Por; Potas: 1547.13 mg; Wapń: 128.24 mg; Fosfor: 331.12 mg; Żelazo: 3.79 mg; Magnez: 91.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
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 150g 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: 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 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa koperkowa (papka) 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą (papka) 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus (papka) 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2170.67 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz ogółem: 50.58 g; Węglowodany ogółem: 302.84 g; Kw. tł. nasycone: 21.83 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1231.70 mg; Błonnik: 22.96 g; W tym cukry: 38.87 g; WW: 30.46 Por; Potas: 2334.57 mg; Wapń: 512.91 mg; Fosfor: 885.59 mg; Żelazo: 8.01 mg; Magnez: 198.31 mg;

czwartek 2025-03-06 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), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Twaróg 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 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), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2432.34 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz ogółem: 68.08 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; Kw. tł. nasycone: 32.24 g; Sól: 5.84 g; Sód: 1409.08 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 46.70 g; WW: 30.95 Por; Potas: 2332.83 mg; Wapń: 562.44 mg; Fosfor: 997.02 mg; Żelazo: 7.04 mg; Magnez: 183.38 mg;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 100g , 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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2087.92 kcal; Białko ogółem: 78.08 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 290.24 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1152.29 mg; Błonnik: 15.14 g; W tym cukry: 34.95 g; WW: 29.05 Por; Potas: 1802.28 mg; Wapń: 431.51 mg; Fosfor: 727.68 mg; Żelazo: 6.01 mg; Magnez: 155.39 mg;

czwartek 2025-03-06 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 sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Cukinia duszona na ciepło 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), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2050.67 kcal; Białko ogółem: 58.02 g; Tłuszcz ogółem: 53.60 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; Kw. tł. nasycone: 19.52 g; Sól: 2.53 g; Sód: 445.80 mg; Błonnik: 21.35 g; W tym cukry: 41.00 g; WW: 28.92 Por; Potas: 2688.77 mg; Wapń: 437.80 mg; Fosfor: 713.75 mg; Żelazo: 5.25 mg; Magnez: 160.64 mg;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt ,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2024.91 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz ogółem: 59.50 g; Węglowodany ogółem: 301.93 g; Kw. tł. nasycone: 13.77 g; Sól: 5.18 g; Sód: 1261.72 mg; Błonnik: 18.64 g; W tym cukry: 33.21 g; WW: 30.27 Por; Potas: 2087.51 mg; Wapń: 158.22 mg; Fosfor: 476.60 mg; Żelazo: 6.96 mg; Magnez: 142.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06			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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,			Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Tofu w plasterkach 100g (<i>SOJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.54 kcal; Białko ogółem: 76.78 g; Tłuszcz ogółem: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 285.26 g; Kw. tł. nasycone: 15.70 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1851.10 mg; Błonnik: 27.82 g; W tym cukry: 42.55 g; WW: 28.58 Por; Potas: 1616.93 mg; Wapń: 791.12 mg; Fosfor: 974.59 mg; Żelazo: 6.50 mg; Magnez: 195.57 mg;

czwartek 2025-03-06			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 , Miód sztukowy 25g 1szt ,			Zupa koperkowa z makaronem zacierka b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.91 kcal; Białko ogółem: 78.53 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 331.99 g; Kw. tł. nasycone: 21.30 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1189.65 mg; Błonnik: 18.83 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 33.28 Por; Potas: 2212.73 mg; Wapń: 464.84 mg; Fosfor: 762.57 mg; Żelazo: 6.75 mg; Magnez: 171.82 mg;

czwartek 2025-03-06			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 2025-03-06			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 , Miód sztukowy 25g 1szt ,			Zupa koperkowa z makaronem zacierka b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.41 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz ogółem: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1214.70 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 33.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.97 mg;

czwartek 2025-03-06			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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2096.51 kcal; Białko ogółem: 78.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.43 g; Węglowodany ogółem: 312.38 g; Kw. tł. nasycone: 20.76 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 31.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 249ml (<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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2094.77 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz ogółem: 52.14 g; Węglowodany ogółem: 280.64 g; Kw. tł. nasycone: 21.08 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1486.15 mg; Błonnik: 34.65 g; W tym cukry: 44.04 g; WW: 28.14 Por; Potas: 2409.54 mg; Wapń: 479.84 mg; Fosfor: 957.13 mg; Żelazo: 9.56 mg; Magnez: 249.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06		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 koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Cukinia duszona na ciepło 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Salata maslowa 20g ,
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1634.32 kcal; Białko ogółem: 48.64 g; Tłuszcz ogółem: 53.29 g; Węglowodany ogółem: 244.67 g; Kw. tł. nasycone: 10.89 g; Sól: 2.14 g; Sód: 174.90 mg; Błonnik: 19.99 g; W tym cukry: 28.07 g; WW: 24.52 Por; Potas: 2309.87 mg; Wapń: 115.80 mg; Fosfor: 449.55 mg; Żelazo: 4.92 mg; Magnez: 127.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-06 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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2427.94 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz ogółem: 50.45 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; Kw. tł. nasycone: 19.04 g; Sól: 6.83 g; Sód: 2077.43 mg; Błonnik: 33.86 g; W tym cukry: 68.92 g; WW: 35.04 Por; Potas: 2395.81 mg; Wapń: 803.34 mg; Fosfor: 1136.22 mg; Żelazo: 9.36 mg; Magnez: 249.89 mg;

czwartek 2025-03-06 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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , 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: 2067.71 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz ogółem: 46.53 g; Węglowodany ogółem: 283.76 g; Kw. tł. nasycone: 16.58 g; Sól: 6.92 g; Sód: 2103.88 mg; Błonnik: 36.02 g; W tym cukry: 46.02 g; WW: 28.45 Por; Potas: 2217.21 mg; Wapń: 788.40 mg; Fosfor: 1132.72 mg; Żelazo: 9.39 mg; Magnez: 257.87 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.41 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz ogółem: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 33.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2146.01 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz ogółem: 47.93 g; Węglowodany ogółem: 322.43 g; Kw. tł. nasycone: 19.16 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 32.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1884.16 kcal; Białko ogółem: 52.87 g; Tłuszcz ogółem: 49.08 g; Węglowodany ogółem: 258.57 g; Kw. tł. nasycone: 18.66 g; Sól: 2.28 g; Sód: 343.58 mg; Błonnik: 20.66 g; W tym cukry: 28.23 g; WW: 25.83 Por; Potas: 1547.13 mg; Wapń: 128.24 mg; Fosfor: 331.12 mg; Żelazo: 3.79 mg; Magnez: 91.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06 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 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną (papak) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa koperkowa (papak) 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą (papak) 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus (papak) 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło (papak) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2170.67 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz ogółem: 50.58 g; Węglowodany ogółem: 302.84 g; Kw. tł. nasycone: 21.83 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1231.70 mg; Błonnik: 22.96 g; W tym cukry: 38.87 g; WW: 30.46 Por; Potas: 2334.57 mg; Wapń: 512.91 mg; Fosfor: 885.59 mg; Żelazo: 8.01 mg; Magnez: 198.31 mg;

czwartek 2025-03-06 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), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Twaróg 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 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), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2432.34 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz ogółem: 68.08 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; Kw. tł. nasycone: 32.24 g; Sól: 5.84 g; Sód: 1409.08 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 46.70 g; WW: 30.95 Por; Potas: 2332.83 mg; Wapń: 562.44 mg; Fosfor: 997.02 mg; Żelazo: 7.04 mg; Magnez: 183.38 mg;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 100g , 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: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2087.92 kcal; Białko ogółem: 78.08 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 290.24 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1152.29 mg; Błonnik: 15.14 g; W tym cukry: 34.95 g; WW: 29.05 Por; Potas: 1802.28 mg; Wapń: 431.51 mg; Fosfor: 727.68 mg; Żelazo: 6.01 mg; Magnez: 155.39 mg;

czwartek 2025-03-06 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 sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Cukinia duszona na ciepło 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), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2050.67 kcal; Białko ogółem: 58.02 g; Tłuszcz ogółem: 53.60 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; Kw. tł. nasycone: 19.52 g; Sól: 2.53 g; Sód: 445.80 mg; Błonnik: 21.35 g; W tym cukry: 41.00 g; WW: 28.92 Por; Potas: 2688.77 mg; Wapń: 437.80 mg; Fosfor: 713.75 mg; Żelazo: 5.25 mg; Magnez: 160.64 mg;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (GLU, SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kasza kuskus 200g (GLU), Cukinia duszona na ciepło 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt ,	Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2024.91 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz ogółem: 59.50 g; Węglowodany ogółem: 301.93 g; Kw. tł. nasycone: 13.77 g; Sól: 5.18 g; Sód: 1261.72 mg; Błonnik: 18.64 g; W tym cukry: 33.21 g; WW: 30.27 Por; Potas: 2087.51 mg; Wapń: 158.22 mg; Fosfor: 476.60 mg; Żelazo: 6.96 mg; Magnez: 142.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06		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 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Tofu w plasterkach 100g (<i>SOJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.54 kcal; Białko ogółem: 76.78 g; Tłuszcz ogółem: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 285.26 g; Kw. tł. nasycone: 15.70 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1851.10 mg; Błonnik: 27.82 g; W tym cukry: 42.55 g; WW: 28.58 Por; Potas: 1616.93 mg; Wapń: 791.12 mg; Fosfor: 974.59 mg; Żelazo: 6.50 mg; Magnez: 195.57 mg;

czwartek 2025-03-06		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 , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.91 kcal; Białko ogółem: 78.53 g; Tłuszcz ogółem: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 331.99 g; Kw. tł. nasycone: 21.30 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1189.65 mg; Błonnik: 18.83 g; W tym cukry: 43.07 g; WW: 33.28 Por; Potas: 2212.73 mg; Wapń: 464.84 mg; Fosfor: 762.57 mg; Żelazo: 6.75 mg; Magnez: 171.82 mg;

czwartek 2025-03-06		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 2025-03-06		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 , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa koperkowa z makaronem zacierka b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus b/soli 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.41 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz ogółem: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1214.70 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 33.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.97 mg;

czwartek 2025-03-06		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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Cukinia duszona na ciepło 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>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2096.51 kcal; Białko ogółem: 78.33 g; Tłuszcz ogółem: 47.43 g; Węglowodany ogółem: 312.38 g; Kw. tł. nasycone: 20.76 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1215.48 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 43.05 g; WW: 31.31 Por; Potas: 2216.03 mg; Wapń: 465.24 mg; Fosfor: 766.22 mg; Żelazo: 6.80 mg; Magnez: 172.98 mg;

czwartek 2025-03-06		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 249ml (<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 koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , 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: 2094.77 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz ogółem: 52.14 g; Węglowodany ogółem: 280.64 g; Kw. tł. nasycone: 21.08 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1486.15 mg; Błonnik: 34.65 g; W tym cukry: 44.04 g; WW: 28.14 Por; Potas: 2409.54 mg; Wapń: 479.84 mg; Fosfor: 957.13 mg; Żelazo: 9.56 mg; Magnez: 249.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06		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 koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Gołąbek bez zawijania z kapustą b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Cukinia duszona na ciepło 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Salata maslowa 20g ,
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1634.32 kcal; Białko ogółem: 48.64 g; Tłuszcz ogółem: 53.29 g; Węglowodany ogółem: 244.67 g; Kw. tł. nasycone: 10.89 g; Sól: 2.14 g; Sód: 174.90 mg; Błonnik: 19.99 g; W tym cukry: 28.07 g; WW: 24.52 Por; Potas: 2309.87 mg; Wapń: 115.80 mg; Fosfor: 449.55 mg; Żelazo: 4.92 mg; Magnez: 127.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny		
	Zupa koperkowa z makaronem zacierka 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gołąbek bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza kuskus 200g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1755.18 kcal; Białko ogółem: 58.49 g; Tłuszcz ogółem: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 253.51 g; Kw. tł. nasycone: 6.27 g; Sól: 0.41 g; Sód: 148.51 mg; Błonnik: 17.12 g; W tym cukry: 9.16 g; WW: 25.37 Por; Potas: 765.62 mg; Wapń: 56.15 mg; Fosfor: 205.11 mg; Żelazo: 2.11 mg; Magnez: 43.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</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 sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.54 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz ogółem: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; Kw. tł. nasycone: 11.14 g; Sól: 6.14 g; Sód: 1649.19 mg; Błonnik: 41.40 g; W tym cukry: 80.33 g; WW: 35.72 Por; Potas: 4196.59 mg; Wapń: 704.88 mg; Fosfor: 1374.26 mg; Żelazo: 11.68 mg; Magnez: 347.85 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1874.01 kcal; Białko ogółem: 80.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 283.52 g; Kw. tł. nasycone: 8.54 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1671.29 mg; Błonnik: 43.23 g; W tym cukry: 51.72 g; WW: 28.43 Por; Potas: 3998.95 mg; Wapń: 667.15 mg; Fosfor: 1373.54 mg; Żelazo: 11.54 mg; Magnez: 350.03 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2082.28 kcal; Białko ogółem: 82.18 g; Tłuszcz ogółem: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 327.15 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1158.24 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 54.32 g; WW: 33.09 Por; Potas: 3596.59 mg; Wapń: 643.59 mg; Fosfor: 1166.43 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 260.40 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.00 kcal; Białko ogółem: 83.10 g; Tłuszcz ogółem: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; Kw. tł. nasycone: 8.33 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1158.24 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 54.32 g; WW: 31.19 Por; Potas: 3596.59 mg; Wapń: 643.59 mg; Fosfor: 1166.43 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 260.40 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1687.80 kcal; Białko ogółem: 48.85 g; Tłuszcz ogółem: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 250.20 g; Kw. tł. nasycone: 7.40 g; Sól: 1.74 g; Sód: 274.45 mg; Błonnik: 26.89 g; W tym cukry: 39.12 g; WW: 25.23 Por; Potas: 2800.29 mg; Wapń: 257.39 mg; Fosfor: 674.63 mg; Żelazo: 5.22 mg; Magnez: 164.90 mg;

piątek 2025-03-07 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 150g 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 ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2423.57 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz ogółem: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 328.06 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.71 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 109.80 g; WW: 33.13 Por; Potas: 4222.60 mg; Wapń: 794.21 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-03-07Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Pasta warzywna 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami (papka) 300ml (MLE, SEL, S02), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Ziemniaki (papka) 200g , Dynia gotowana (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.09 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz ogółem: 33.65 g; Węglowodany ogółem: 318.02 g; Kw. tł. nasycone: 10.55 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1418.19 mg; Błonnik: 30.06 g; W tym cukry: 49.47 g; WW: 32.27 Por; Potas: 3716.91 mg; Wapń: 660.95 mg; Fosfor: 1256.43 mg; Żelazo: 9.93 mg; Magnez: 272.78 mg;

piątek 2025-03-07Jadłospis 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 100g (MLE), Polędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Polędwica ani drobiowa 50g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2304.67 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz ogółem: 47.60 g; Węglowodany ogółem: 327.46 g; Kw. tł. nasycone: 13.43 g; Sól: 5.00 g; Sód: 1220.18 mg; Błonnik: 24.82 g; W tym cukry: 60.16 g; WW: 33.03 Por; Potas: 3677.42 mg; Wapń: 759.79 mg; Fosfor: 1330.16 mg; Żelazo: 8.80 mg; Magnez: 264.96 mg;

piątek 2025-03-07Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1906.55 kcal; Białko ogółem: 76.01 g; Tłuszcz ogółem: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 290.34 g; Kw. tł. nasycone: 8.18 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1138.31 mg; Błonnik: 18.75 g; W tym cukry: 44.59 g; WW: 29.27 Por; Potas: 2740.57 mg; Wapń: 486.68 mg; Fosfor: 1011.98 mg; Żelazo: 6.56 mg; Magnez: 214.50 mg;

piątek 2025-03-07Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1982.57 kcal; Białko ogółem: 67.47 g; Tłuszcz ogółem: 50.00 g; Węglowodany ogółem: 273.74 g; Kw. tł. nasycone: 14.11 g; Sól: 2.05 g; Sód: 755.31 mg; Błonnik: 27.59 g; W tym cukry: 51.21 g; WW: 27.56 Por; Potas: 3217.34 mg; Wapń: 889.00 mg; Fosfor: 1141.88 mg; Żelazo: 5.95 mg; Magnez: 210.96 mg;

piątek 2025-03-07Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL, S02), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1904.29 kcal; Białko ogółem: 65.54 g; Tłuszcz ogółem: 60.19 g; Węglowodany ogółem: 296.06 g; Kw. tł. nasycone: 10.10 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1137.51 mg; Błonnik: 26.78 g; W tym cukry: 55.01 g; WW: 29.90 Por; Potas: 3267.94 mg; Wapń: 269.88 mg; Fosfor: 775.56 mg; Żelazo: 8.28 mg; Magnez: 211.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), 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 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Falafel - kotleciki z ciecioriki 100g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.88 kcal; Białko ogółem: 66.11 g; Tłuszcz ogółem: 59.19 g; Węglowodany ogółem: 327.64 g; Kw. tł. nasycone: 21.46 g; Sól: 5.91 g; Sód: 1509.88 mg; Błonnik: 49.40 g; W tym cukry: 55.64 g; WW: 32.82 Por; Potas: 3337.84 mg; Wapń: 617.03 mg; Fosfor: 987.08 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 253.50 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Dynia gotowana b/soli 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.08 kcal; Białko ogółem: 78.16 g; Tłuszcz ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 317.48 g; Kw. tł. nasycone: 10.20 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1152.30 mg; Błonnik: 24.83 g; W tym cukry: 54.59 g; WW: 32.05 Por; Potas: 3507.77 mg; Wapń: 609.94 mg; Fosfor: 1108.01 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 247.13 mg;

piątek 2025-03-07 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: 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 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Dynia gotowana b/soli 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.08 kcal; Białko ogółem: 78.16 g; Tłuszcz ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 317.48 g; Kw. tł. nasycone: 10.20 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1152.30 mg; Błonnik: 24.83 g; W tym cukry: 54.59 g; WW: 32.05 Por; Potas: 3507.77 mg; Wapń: 609.94 mg; Fosfor: 1108.01 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 247.13 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.40 kcal; Białko ogółem: 77.89 g; Tłuszcz ogółem: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 316.16 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 3.93 g; Sód: 1153.45 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 53.92 g; WW: 31.93 Por; Potas: 3463.29 mg; Wapń: 599.39 mg; Fosfor: 1101.13 mg; Żelazo: 8.37 mg; Magnez: 244.90 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.05 kcal; Białko ogółem: 83.57 g; Tłuszcz ogółem: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 261.61 g; Kw. tł. nasycone: 9.95 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1626.07 mg; Błonnik: 34.97 g; W tym cukry: 33.30 g; WW: 26.38 Por; Potas: 3565.33 mg; Wapń: 560.37 mg; Fosfor: 1276.36 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 322.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL, S02), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1767.84 kcal; Białko ogółem: 44.79 g; Tłuszcz ogółem: 77.23 g; Węglowodany ogółem: 237.86 g; Kw. tł. nasycone: 10.12 g; Sól: 2.43 g; Sód: 248.33 mg; Błonnik: 26.75 g; W tym cukry: 37.02 g; WW: 24.01 Por; Potas: 2746.93 mg; Wapń: 218.65 mg; Fosfor: 578.31 mg; Żelazo: 5.06 mg; Magnez: 160.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</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 sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.54 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz ogółem: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; Kw. tł. nasycone: 11.14 g; Sól: 6.14 g; Sód: 1649.19 mg; Błonnik: 41.40 g; W tym cukry: 80.33 g; WW: 35.72 Por; Potas: 4196.59 mg; Wapń: 704.88 mg; Fosfor: 1374.26 mg; Żelazo: 11.68 mg; Magnez: 347.85 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1874.01 kcal; Białko ogółem: 80.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 283.52 g; Kw. tł. nasycone: 8.54 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1671.29 mg; Błonnik: 43.23 g; W tym cukry: 51.72 g; WW: 28.43 Por; Potas: 3998.95 mg; Wapń: 667.15 mg; Fosfor: 1373.54 mg; Żelazo: 11.54 mg; Magnez: 350.03 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salatką z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2082.28 kcal; Białko ogółem: 82.18 g; Tłuszcz ogółem: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 327.15 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1158.24 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 54.32 g; WW: 33.09 Por; Potas: 3596.59 mg; Wapń: 643.59 mg; Fosfor: 1166.43 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 260.40 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salatką z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.00 kcal; Białko ogółem: 83.10 g; Tłuszcz ogółem: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; Kw. tł. nasycone: 8.33 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1158.24 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 54.32 g; WW: 31.19 Por; Potas: 3596.59 mg; Wapń: 643.59 mg; Fosfor: 1166.43 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 260.40 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salatką z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1687.80 kcal; Białko ogółem: 48.85 g; Tłuszcz ogółem: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 250.20 g; Kw. tł. nasycone: 7.40 g; Sól: 1.74 g; Sód: 274.45 mg; Błonnik: 26.89 g; W tym cukry: 39.12 g; WW: 25.23 Por; Potas: 2800.29 mg; Wapń: 257.39 mg; Fosfor: 674.63 mg; Żelazo: 5.22 mg; Magnez: 164.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z płatkami owsianymi z masłem, biszkoptami i bananem (mix g.budyńni) 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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyńni) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2423.57 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz ogółem: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 328.06 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.71 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 109.80 g; WW: 33.13 Por; Potas: 4222.60 mg; Wapń: 794.21 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Dynia gotowana (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.09 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz ogółem: 33.65 g; Węglowodany ogółem: 318.02 g; Kw. tł. nasycone: 10.55 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1418.19 mg; Błonnik: 30.06 g; W tym cukry: 49.47 g; WW: 32.27 Por; Potas: 3716.91 mg; Wapń: 660.95 mg; Fosfor: 1256.43 mg; Żelazo: 9.93 mg; Magnez: 272.78 mg;

piątek 2025-03-07 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 100g (<i>MLE</i>), Połędwica drobiowa 20g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2304.67 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz ogółem: 47.60 g; Węglowodany ogółem: 327.46 g; Kw. tł. nasycone: 13.43 g; Sól: 5.00 g; Sód: 1220.18 mg; Błonnik: 24.82 g; W tym cukry: 60.16 g; WW: 33.03 Por; Potas: 3677.42 mg; Wapń: 759.79 mg; Fosfor: 1330.16 mg; Żelazo: 8.80 mg; Magnez: 264.96 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1906.55 kcal; Białko ogółem: 76.01 g; Tłuszcz ogółem: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 290.34 g; Kw. tł. nasycone: 8.18 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1138.31 mg; Błonnik: 18.75 g; W tym cukry: 44.59 g; WW: 29.27 Por; Potas: 2740.57 mg; Wapń: 486.68 mg; Fosfor: 1011.98 mg; Żelazo: 6.56 mg; Magnez: 214.50 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1982.57 kcal; Białko ogółem: 67.47 g; Tłuszcz ogółem: 50.00 g; Węglowodany ogółem: 273.74 g; Kw. tł. nasycone: 14.11 g; Sól: 2.05 g; Sód: 755.31 mg; Błonnik: 27.59 g; W tym cukry: 51.21 g; WW: 27.56 Por; Potas: 3217.34 mg; Wapń: 889.00 mg; Fosfor: 1141.88 mg; Żelazo: 5.95 mg; Magnez: 210.96 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1904.29 kcal; Białko ogółem: 65.54 g; Tłuszcz ogółem: 60.19 g; Węglowodany ogółem: 296.06 g; Kw. tł. nasycone: 10.10 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1137.51 mg; Błonnik: 26.78 g; W tym cukry: 55.01 g; WW: 29.90 Por; Potas: 3267.94 mg; Wapń: 269.88 mg; Fosfor: 775.56 mg; Żelazo: 8.28 mg; Magnez: 211.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL, S02), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1767.84 kcal; Białko ogółem: 44.79 g; Tłuszcz ogółem: 77.23 g; Węglowodany ogółem: 237.86 g; Kw. tł. nasycone: 10.12 g; Sól: 2.43 g; Sód: 248.33 mg; Błonnik: 26.75 g; W tym cukry: 37.02 g; WW: 24.01 Por; Potas: 2746.93 mg; Wapń: 218.65 mg; Fosfor: 578.31 mg; Żelazo: 5.06 mg; Magnez: 160.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</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 sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.54 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz ogółem: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; Kw. tł. nasycone: 11.14 g; Sól: 6.14 g; Sód: 1649.19 mg; Błonnik: 41.40 g; W tym cukry: 80.33 g; WW: 35.72 Por; Potas: 4196.59 mg; Wapń: 704.88 mg; Fosfor: 1374.26 mg; Żelazo: 11.68 mg; Magnez: 347.85 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1874.01 kcal; Białko ogółem: 80.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 283.52 g; Kw. tł. nasycone: 8.54 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1671.29 mg; Błonnik: 43.23 g; W tym cukry: 51.72 g; WW: 28.43 Por; Potas: 3998.95 mg; Wapń: 667.15 mg; Fosfor: 1373.54 mg; Żelazo: 11.54 mg; Magnez: 350.03 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salatką z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2082.28 kcal; Białko ogółem: 82.18 g; Tłuszcz ogółem: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 327.15 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1158.24 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 54.32 g; WW: 33.09 Por; Potas: 3596.59 mg; Wapń: 643.59 mg; Fosfor: 1166.43 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 260.40 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salatką z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.00 kcal; Białko ogółem: 83.10 g; Tłuszcz ogółem: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; Kw. tł. nasycone: 8.33 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1158.24 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 54.32 g; WW: 31.19 Por; Potas: 3596.59 mg; Wapń: 643.59 mg; Fosfor: 1166.43 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 260.40 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salatką z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1687.80 kcal; Białko ogółem: 48.85 g; Tłuszcz ogółem: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 250.20 g; Kw. tł. nasycone: 7.40 g; Sól: 1.74 g; Sód: 274.45 mg; Błonnik: 26.89 g; W tym cukry: 39.12 g; WW: 25.23 Por; Potas: 2800.29 mg; Wapń: 257.39 mg; Fosfor: 674.63 mg; Żelazo: 5.22 mg; Magnez: 164.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z płatkami owsianymi z masłem, biszkoptami i bananem (mix g.budyńni) 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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyńni) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2423.57 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz ogółem: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 328.06 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.71 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 109.80 g; WW: 33.13 Por; Potas: 4222.60 mg; Wapń: 794.21 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Dynia gotowana (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.09 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz ogółem: 33.65 g; Węglowodany ogółem: 318.02 g; Kw. tł. nasycone: 10.55 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1418.19 mg; Błonnik: 30.06 g; W tym cukry: 49.47 g; WW: 32.27 Por; Potas: 3716.91 mg; Wapń: 660.95 mg; Fosfor: 1256.43 mg; Żelazo: 9.93 mg; Magnez: 272.78 mg;

piątek 2025-03-07 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 100g (<i>MLE</i>), Połędwica drobiowa 20g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2304.67 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz ogółem: 47.60 g; Węglowodany ogółem: 327.46 g; Kw. tł. nasycone: 13.43 g; Sól: 5.00 g; Sód: 1220.18 mg; Błonnik: 24.82 g; W tym cukry: 60.16 g; WW: 33.03 Por; Potas: 3677.42 mg; Wapń: 759.79 mg; Fosfor: 1330.16 mg; Żelazo: 8.80 mg; Magnez: 264.96 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1906.55 kcal; Białko ogółem: 76.01 g; Tłuszcz ogółem: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 290.34 g; Kw. tł. nasycone: 8.18 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1138.31 mg; Błonnik: 18.75 g; W tym cukry: 44.59 g; WW: 29.27 Por; Potas: 2740.57 mg; Wapń: 486.68 mg; Fosfor: 1011.98 mg; Żelazo: 6.56 mg; Magnez: 214.50 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1982.57 kcal; Białko ogółem: 67.47 g; Tłuszcz ogółem: 50.00 g; Węglowodany ogółem: 273.74 g; Kw. tł. nasycone: 14.11 g; Sól: 2.05 g; Sód: 755.31 mg; Błonnik: 27.59 g; W tym cukry: 51.21 g; WW: 27.56 Por; Potas: 3217.34 mg; Wapń: 889.00 mg; Fosfor: 1141.88 mg; Żelazo: 5.95 mg; Magnez: 210.96 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1904.29 kcal; Białko ogółem: 65.54 g; Tłuszcz ogółem: 60.19 g; Węglowodany ogółem: 296.06 g; Kw. tł. nasycone: 10.10 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1137.51 mg; Błonnik: 26.78 g; W tym cukry: 55.01 g; WW: 29.90 Por; Potas: 3267.94 mg; Wapń: 269.88 mg; Fosfor: 775.56 mg; Żelazo: 8.28 mg; Magnez: 211.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL, S02), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1767.84 kcal; Białko ogółem: 44.79 g; Tłuszcz ogółem: 77.23 g; Węglowodany ogółem: 237.86 g; Kw. tł. nasycone: 10.12 g; Sól: 2.43 g; Sód: 248.33 mg; Błonnik: 26.75 g; W tym cukry: 37.02 g; WW: 24.01 Por; Potas: 2746.93 mg; Wapń: 218.65 mg; Fosfor: 578.31 mg; Żelazo: 5.06 mg; Magnez: 160.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</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 sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.54 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz ogółem: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; Kw. tł. nasycone: 11.14 g; Sól: 6.14 g; Sód: 1649.19 mg; Błonnik: 41.40 g; W tym cukry: 80.33 g; WW: 35.72 Por; Potas: 4196.59 mg; Wapń: 704.88 mg; Fosfor: 1374.26 mg; Żelazo: 11.68 mg; Magnez: 347.85 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1874.01 kcal; Białko ogółem: 80.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 283.52 g; Kw. tł. nasycone: 8.54 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1671.29 mg; Błonnik: 43.23 g; W tym cukry: 51.72 g; WW: 28.43 Por; Potas: 3998.95 mg; Wapń: 667.15 mg; Fosfor: 1373.54 mg; Żelazo: 11.54 mg; Magnez: 350.03 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salatką z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2082.28 kcal; Białko ogółem: 82.18 g; Tłuszcz ogółem: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 327.15 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1158.24 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 54.32 g; WW: 33.09 Por; Potas: 3596.59 mg; Wapń: 643.59 mg; Fosfor: 1166.43 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 260.40 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salatką z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.00 kcal; Białko ogółem: 83.10 g; Tłuszcz ogółem: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; Kw. tł. nasycone: 8.33 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1158.24 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 54.32 g; WW: 31.19 Por; Potas: 3596.59 mg; Wapń: 643.59 mg; Fosfor: 1166.43 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 260.40 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salatką z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1687.80 kcal; Białko ogółem: 48.85 g; Tłuszcz ogółem: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 250.20 g; Kw. tł. nasycone: 7.40 g; Sól: 1.74 g; Sód: 274.45 mg; Błonnik: 26.89 g; W tym cukry: 39.12 g; WW: 25.23 Por; Potas: 2800.29 mg; Wapń: 257.39 mg; Fosfor: 674.63 mg; Żelazo: 5.22 mg; Magnez: 164.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z płatkami owsianymi z masłem, biszkoptami i bananem (mix g.budyńni) 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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyńni) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2423.57 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz ogółem: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 328.06 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.71 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 109.80 g; WW: 33.13 Por; Potas: 4222.60 mg; Wapń: 794.21 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-03-07Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Dynia gotowana (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.09 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz ogółem: 33.65 g; Węglowodany ogółem: 318.02 g; Kw. tł. nasycone: 10.55 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1418.19 mg; Błonnik: 30.06 g; W tym cukry: 49.47 g; WW: 32.27 Por; Potas: 3716.91 mg; Wapń: 660.95 mg; Fosfor: 1256.43 mg; Żelazo: 9.93 mg; Magnez: 272.78 mg;

piątek 2025-03-07Jadłospis 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 100g (<i>MLE</i>), Połędwica drobiowa 20g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2304.67 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz ogółem: 47.60 g; Węglowodany ogółem: 327.46 g; Kw. tł. nasycone: 13.43 g; Sól: 5.00 g; Sód: 1220.18 mg; Błonnik: 24.82 g; W tym cukry: 60.16 g; WW: 33.03 Por; Potas: 3677.42 mg; Wapń: 759.79 mg; Fosfor: 1330.16 mg; Żelazo: 8.80 mg; Magnez: 264.96 mg;

piątek 2025-03-07Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1906.55 kcal; Białko ogółem: 76.01 g; Tłuszcz ogółem: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 290.34 g; Kw. tł. nasycone: 8.18 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1138.31 mg; Błonnik: 18.75 g; W tym cukry: 44.59 g; WW: 29.27 Por; Potas: 2740.57 mg; Wapń: 486.68 mg; Fosfor: 1011.98 mg; Żelazo: 6.56 mg; Magnez: 214.50 mg;

piątek 2025-03-07Jadłospis 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1982.57 kcal; Białko ogółem: 67.47 g; Tłuszcz ogółem: 50.00 g; Węglowodany ogółem: 273.74 g; Kw. tł. nasycone: 14.11 g; Sól: 2.05 g; Sód: 755.31 mg; Błonnik: 27.59 g; W tym cukry: 51.21 g; WW: 27.56 Por; Potas: 3217.34 mg; Wapń: 889.00 mg; Fosfor: 1141.88 mg; Żelazo: 5.95 mg; Magnez: 210.96 mg;

piątek 2025-03-07Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1904.29 kcal; Białko ogółem: 65.54 g; Tłuszcz ogółem: 60.19 g; Węglowodany ogółem: 296.06 g; Kw. tł. nasycone: 10.10 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1137.51 mg; Błonnik: 26.78 g; W tym cukry: 55.01 g; WW: 29.90 Por; Potas: 3267.94 mg; Wapń: 269.88 mg; Fosfor: 775.56 mg; Żelazo: 8.28 mg; Magnez: 211.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), 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 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Falafel - kotleciki z ciecioriki 100g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.88 kcal; Białko ogółem: 66.11 g; Tłuszcz ogółem: 59.19 g; Węglowodany ogółem: 327.64 g; Kw. tł. nasycone: 21.46 g; Sól: 5.91 g; Sód: 1509.88 mg; Błonnik: 49.40 g; W tym cukry: 55.64 g; WW: 32.82 Por; Potas: 3337.84 mg; Wapń: 617.03 mg; Fosfor: 987.08 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 253.50 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Dynia gotowana b/soli 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.08 kcal; Białko ogółem: 78.16 g; Tłuszcz ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 317.48 g; Kw. tł. nasycone: 10.20 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1152.30 mg; Błonnik: 24.83 g; W tym cukry: 54.59 g; WW: 32.05 Por; Potas: 3507.77 mg; Wapń: 609.94 mg; Fosfor: 1108.01 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 247.13 mg;

piątek 2025-03-07 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: 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 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Dynia gotowana b/soli 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.08 kcal; Białko ogółem: 78.16 g; Tłuszcz ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 317.48 g; Kw. tł. nasycone: 10.20 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1152.30 mg; Błonnik: 24.83 g; W tym cukry: 54.59 g; WW: 32.05 Por; Potas: 3507.77 mg; Wapń: 609.94 mg; Fosfor: 1108.01 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 247.13 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.40 kcal; Białko ogółem: 77.89 g; Tłuszcz ogółem: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 316.16 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 3.93 g; Sód: 1153.45 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 53.92 g; WW: 31.93 Por; Potas: 3463.29 mg; Wapń: 599.39 mg; Fosfor: 1101.13 mg; Żelazo: 8.37 mg; Magnez: 244.90 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.05 kcal; Białko ogółem: 83.57 g; Tłuszcz ogółem: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 261.61 g; Kw. tł. nasycone: 9.95 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1626.07 mg; Błonnik: 34.97 g; W tym cukry: 33.30 g; WW: 26.38 Por; Potas: 3565.33 mg; Wapń: 560.37 mg; Fosfor: 1276.36 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 322.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL, S02), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1767.84 kcal; Białko ogółem: 44.79 g; Tłuszcz ogółem: 77.23 g; Węglowodany ogółem: 237.86 g; Kw. tł. nasycone: 10.12 g; Sól: 2.43 g; Sód: 248.33 mg; Błonnik: 26.75 g; W tym cukry: 37.02 g; WW: 24.01 Por; Potas: 2746.93 mg; Wapń: 218.65 mg; Fosfor: 578.31 mg; Żelazo: 5.06 mg; Magnez: 160.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</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 sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.54 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz ogółem: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; Kw. tł. nasycone: 11.14 g; Sól: 6.14 g; Sód: 1649.19 mg; Błonnik: 41.40 g; W tym cukry: 80.33 g; WW: 35.72 Por; Potas: 4196.59 mg; Wapń: 704.88 mg; Fosfor: 1374.26 mg; Żelazo: 11.68 mg; Magnez: 347.85 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1874.01 kcal; Białko ogółem: 80.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 283.52 g; Kw. tł. nasycone: 8.54 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1671.29 mg; Błonnik: 43.23 g; W tym cukry: 51.72 g; WW: 28.43 Por; Potas: 3998.95 mg; Wapń: 667.15 mg; Fosfor: 1373.54 mg; Żelazo: 11.54 mg; Magnez: 350.03 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2082.28 kcal; Białko ogółem: 82.18 g; Tłuszcz ogółem: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 327.15 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1158.24 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 54.32 g; WW: 33.09 Por; Potas: 3596.59 mg; Wapń: 643.59 mg; Fosfor: 1166.43 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 260.40 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.00 kcal; Białko ogółem: 83.10 g; Tłuszcz ogółem: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; Kw. tł. nasycone: 8.33 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1158.24 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 54.32 g; WW: 31.19 Por; Potas: 3596.59 mg; Wapń: 643.59 mg; Fosfor: 1166.43 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 260.40 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1687.80 kcal; Białko ogółem: 48.85 g; Tłuszcz ogółem: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 250.20 g; Kw. tł. nasycone: 7.40 g; Sól: 1.74 g; Sód: 274.45 mg; Błonnik: 26.89 g; W tym cukry: 39.12 g; WW: 25.23 Por; Potas: 2800.29 mg; Wapń: 257.39 mg; Fosfor: 674.63 mg; Żelazo: 5.22 mg; Magnez: 164.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z płatkami owsianymi z masłem, biszkoptami i bananem (mix g.budyńni) 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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyńni) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2423.57 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz ogółem: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 328.06 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.71 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 109.80 g; WW: 33.13 Por; Potas: 4222.60 mg; Wapń: 794.21 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Dynia gotowana (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.09 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz ogółem: 33.65 g; Węglowodany ogółem: 318.02 g; Kw. tł. nasycone: 10.55 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1418.19 mg; Błonnik: 30.06 g; W tym cukry: 49.47 g; WW: 32.27 Por; Potas: 3716.91 mg; Wapń: 660.95 mg; Fosfor: 1256.43 mg; Żelazo: 9.93 mg; Magnez: 272.78 mg;

piątek 2025-03-07 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 100g (<i>MLE</i>), Połędwica drobiowa 20g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2304.67 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz ogółem: 47.60 g; Węglowodany ogółem: 327.46 g; Kw. tł. nasycone: 13.43 g; Sól: 5.00 g; Sód: 1220.18 mg; Błonnik: 24.82 g; W tym cukry: 60.16 g; WW: 33.03 Por; Potas: 3677.42 mg; Wapń: 759.79 mg; Fosfor: 1330.16 mg; Żelazo: 8.80 mg; Magnez: 264.96 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1906.55 kcal; Białko ogółem: 76.01 g; Tłuszcz ogółem: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 290.34 g; Kw. tł. nasycone: 8.18 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1138.31 mg; Błonnik: 18.75 g; W tym cukry: 44.59 g; WW: 29.27 Por; Potas: 2740.57 mg; Wapń: 486.68 mg; Fosfor: 1011.98 mg; Żelazo: 6.56 mg; Magnez: 214.50 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1982.57 kcal; Białko ogółem: 67.47 g; Tłuszcz ogółem: 50.00 g; Węglowodany ogółem: 273.74 g; Kw. tł. nasycone: 14.11 g; Sól: 2.05 g; Sód: 755.31 mg; Błonnik: 27.59 g; W tym cukry: 51.21 g; WW: 27.56 Por; Potas: 3217.34 mg; Wapń: 889.00 mg; Fosfor: 1141.88 mg; Żelazo: 5.95 mg; Magnez: 210.96 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1904.29 kcal; Białko ogółem: 65.54 g; Tłuszcz ogółem: 60.19 g; Węglowodany ogółem: 296.06 g; Kw. tł. nasycone: 10.10 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1137.51 mg; Błonnik: 26.78 g; W tym cukry: 55.01 g; WW: 29.90 Por; Potas: 3267.94 mg; Wapń: 269.88 mg; Fosfor: 775.56 mg; Żelazo: 8.28 mg; Magnez: 211.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), 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 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Falafel - kotleciki z ciecioriki 100g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.88 kcal; Białko ogółem: 66.11 g; Tłuszcz ogółem: 59.19 g; Węglowodany ogółem: 327.64 g; Kw. tł. nasycone: 21.46 g; Sól: 5.91 g; Sód: 1509.88 mg; Błonnik: 49.40 g; W tym cukry: 55.64 g; WW: 32.82 Por; Potas: 3337.84 mg; Wapń: 617.03 mg; Fosfor: 987.08 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 253.50 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Dynia gotowana b/soli 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.08 kcal; Białko ogółem: 78.16 g; Tłuszcz ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 317.48 g; Kw. tł. nasycone: 10.20 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1152.30 mg; Błonnik: 24.83 g; W tym cukry: 54.59 g; WW: 32.05 Por; Potas: 3507.77 mg; Wapń: 609.94 mg; Fosfor: 1108.01 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 247.13 mg;

piątek 2025-03-07 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: 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 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Dynia gotowana b/soli 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.08 kcal; Białko ogółem: 78.16 g; Tłuszcz ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 317.48 g; Kw. tł. nasycone: 10.20 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1152.30 mg; Błonnik: 24.83 g; W tym cukry: 54.59 g; WW: 32.05 Por; Potas: 3507.77 mg; Wapń: 609.94 mg; Fosfor: 1108.01 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 247.13 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.40 kcal; Białko ogółem: 77.89 g; Tłuszcz ogółem: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 316.16 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 3.93 g; Sód: 1153.45 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 53.92 g; WW: 31.93 Por; Potas: 3463.29 mg; Wapń: 599.39 mg; Fosfor: 1101.13 mg; Żelazo: 8.37 mg; Magnez: 244.90 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.05 kcal; Białko ogółem: 83.57 g; Tłuszcz ogółem: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 261.61 g; Kw. tł. nasycone: 9.95 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1626.07 mg; Błonnik: 34.97 g; W tym cukry: 33.30 g; WW: 26.38 Por; Potas: 3565.33 mg; Wapń: 560.37 mg; Fosfor: 1276.36 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 322.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL, S02), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1767.84 kcal; Białko ogółem: 44.79 g; Tłuszcz ogółem: 77.23 g; Węglowodany ogółem: 237.86 g; Kw. tł. nasycone: 10.12 g; Sól: 2.43 g; Sód: 248.33 mg; Błonnik: 26.75 g; W tym cukry: 37.02 g; WW: 24.01 Por; Potas: 2746.93 mg; Wapń: 218.65 mg; Fosfor: 578.31 mg; Żelazo: 5.06 mg; Magnez: 160.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</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 sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.54 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz ogółem: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; Kw. tł. nasycone: 11.14 g; Sól: 6.14 g; Sód: 1649.19 mg; Błonnik: 41.40 g; W tym cukry: 80.33 g; WW: 35.72 Por; Potas: 4196.59 mg; Wapń: 704.88 mg; Fosfor: 1374.26 mg; Żelazo: 11.68 mg; Magnez: 347.85 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1874.01 kcal; Białko ogółem: 80.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 283.52 g; Kw. tł. nasycone: 8.54 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1671.29 mg; Błonnik: 43.23 g; W tym cukry: 51.72 g; WW: 28.43 Por; Potas: 3998.95 mg; Wapń: 667.15 mg; Fosfor: 1373.54 mg; Żelazo: 11.54 mg; Magnez: 350.03 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2082.28 kcal; Białko ogółem: 82.18 g; Tłuszcz ogółem: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 327.15 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1158.24 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 54.32 g; WW: 33.09 Por; Potas: 3596.59 mg; Wapń: 643.59 mg; Fosfor: 1166.43 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 260.40 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z brokuła z koperkiem i olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.00 kcal; Białko ogółem: 83.10 g; Tłuszcz ogółem: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; Kw. tł. nasycone: 8.33 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1158.24 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 54.32 g; WW: 31.19 Por; Potas: 3596.59 mg; Wapń: 643.59 mg; Fosfor: 1166.43 mg; Żelazo: 8.69 mg; Magnez: 260.40 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1687.80 kcal; Białko ogółem: 48.85 g; Tłuszcz ogółem: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 250.20 g; Kw. tł. nasycone: 7.40 g; Sól: 1.74 g; Sód: 274.45 mg; Błonnik: 26.89 g; W tym cukry: 39.12 g; WW: 25.23 Por; Potas: 2800.29 mg; Wapń: 257.39 mg; Fosfor: 674.63 mg; Żelazo: 5.22 mg; Magnez: 164.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z płatkami owsianymi z masłem, biszkoptami i bananem (mix g.budyńni) 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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyńni) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2423.57 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz ogółem: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 328.06 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 1.59 g; Sód: 545.71 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 109.80 g; WW: 33.13 Por; Potas: 4222.60 mg; Wapń: 794.21 mg; Fosfor: 1502.33 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 329.04 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Dynia gotowana (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2064.09 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz ogółem: 33.65 g; Węglowodany ogółem: 318.02 g; Kw. tł. nasycone: 10.55 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1418.19 mg; Błonnik: 30.06 g; W tym cukry: 49.47 g; WW: 32.27 Por; Potas: 3716.91 mg; Wapń: 660.95 mg; Fosfor: 1256.43 mg; Żelazo: 9.93 mg; Magnez: 272.78 mg;

piątek 2025-03-07 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 100g (<i>MLE</i>), Połędwica drobiowa 20g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2304.67 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz ogółem: 47.60 g; Węglowodany ogółem: 327.46 g; Kw. tł. nasycone: 13.43 g; Sól: 5.00 g; Sód: 1220.18 mg; Błonnik: 24.82 g; W tym cukry: 60.16 g; WW: 33.03 Por; Potas: 3677.42 mg; Wapń: 759.79 mg; Fosfor: 1330.16 mg; Żelazo: 8.80 mg; Magnez: 264.96 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1906.55 kcal; Białko ogółem: 76.01 g; Tłuszcz ogółem: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 290.34 g; Kw. tł. nasycone: 8.18 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1138.31 mg; Błonnik: 18.75 g; W tym cukry: 44.59 g; WW: 29.27 Por; Potas: 2740.57 mg; Wapń: 486.68 mg; Fosfor: 1011.98 mg; Żelazo: 6.56 mg; Magnez: 214.50 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1982.57 kcal; Białko ogółem: 67.47 g; Tłuszcz ogółem: 50.00 g; Węglowodany ogółem: 273.74 g; Kw. tł. nasycone: 14.11 g; Sól: 2.05 g; Sód: 755.31 mg; Błonnik: 27.59 g; W tym cukry: 51.21 g; WW: 27.56 Por; Potas: 3217.34 mg; Wapń: 889.00 mg; Fosfor: 1141.88 mg; Żelazo: 5.95 mg; Magnez: 210.96 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1904.29 kcal; Białko ogółem: 65.54 g; Tłuszcz ogółem: 60.19 g; Węglowodany ogółem: 296.06 g; Kw. tł. nasycone: 10.10 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1137.51 mg; Błonnik: 26.78 g; W tym cukry: 55.01 g; WW: 29.90 Por; Potas: 3267.94 mg; Wapń: 269.88 mg; Fosfor: 775.56 mg; Żelazo: 8.28 mg; Magnez: 211.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), 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 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Falafel - kotleciki z cieciorki 100g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 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: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.88 kcal; Białko ogółem: 66.11 g; Tłuszcz ogółem: 59.19 g; Węglowodany ogółem: 327.64 g; Kw. tł. nasycone: 21.46 g; Sól: 5.91 g; Sód: 1509.88 mg; Błonnik: 49.40 g; W tym cukry: 55.64 g; WW: 32.82 Por; Potas: 3337.84 mg; Wapń: 617.03 mg; Fosfor: 987.08 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 253.50 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Dynia gotowana b/soli 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.08 kcal; Białko ogółem: 78.16 g; Tłuszcz ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 317.48 g; Kw. tł. nasycone: 10.20 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1152.30 mg; Błonnik: 24.83 g; W tym cukry: 54.59 g; WW: 32.05 Por; Potas: 3507.77 mg; Wapń: 609.94 mg; Fosfor: 1108.01 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 247.13 mg;

piątek 2025-03-07 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: 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 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Dynia gotowana b/soli 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.08 kcal; Białko ogółem: 78.16 g; Tłuszcz ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 317.48 g; Kw. tł. nasycone: 10.20 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1152.30 mg; Błonnik: 24.83 g; W tym cukry: 54.59 g; WW: 32.05 Por; Potas: 3507.77 mg; Wapń: 609.94 mg; Fosfor: 1108.01 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 247.13 mg;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.40 kcal; Białko ogółem: 77.89 g; Tłuszcz ogółem: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 316.16 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 3.93 g; Sód: 1153.45 mg; Błonnik: 24.39 g; W tym cukry: 53.92 g; WW: 31.93 Por; Potas: 3463.29 mg; Wapń: 599.39 mg; Fosfor: 1101.13 mg; Żelazo: 8.37 mg; Magnez: 244.90 mg;

piątek 2025-03-07 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Dynia gotowana 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1831.05 kcal; Białko ogółem: 83.57 g; Tłuszcz ogółem: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 261.61 g; Kw. tł. nasycone: 9.95 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1626.07 mg; Błonnik: 34.97 g; W tym cukry: 33.30 g; WW: 26.38 Por; Potas: 3565.33 mg; Wapń: 560.37 mg; Fosfor: 1276.36 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 322.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL, S02), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (GLU, JAJ, RYB), Sos koperkowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Dynia gotowana 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1767.84 kcal; Białko ogółem: 44.79 g; Tłuszcz ogółem: 77.23 g; Węglowodany ogółem: 237.86 g; Kw. tł. nasycone: 10.12 g; Sól: 2.43 g; Sód: 248.33 mg; Błonnik: 26.75 g; W tym cukry: 37.02 g; WW: 24.01 Por; Potas: 2746.93 mg; Wapń: 218.65 mg; Fosfor: 578.31 mg; Żelazo: 5.06 mg; Magnez: 160.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Administracja UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: U. Posiłek profilaktyczny		
	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Pulpet rybny gotowany na parze (mintaj) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Bułka kajzerka 3szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 10g 2szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1737.80 kcal; Białko ogółem: 52.69 g; Tłuszcz ogółem: 49.89 g; Węglowodany ogółem: 238.84 g; Kw. tł. nasycone: 4.29 g; Sól: 1.13 g; Sód: 437.90 mg; Błonnik: 18.84 g; W tym cukry: 5.59 g; WW: 24.03 Por; Potas: 1590.33 mg; Wapń: 60.45 mg; Fosfor: 450.87 mg; Żelazo: 2.39 mg; Magnez: 104.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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>), Majonez 15g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g, Surówka coleslaw z białej kapusty 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 zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , 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>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2656.28 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz ogółem: 73.82 g; Węglowodany ogółem: 352.96 g; Kw. tł. nasycone: 19.55 g; Sól: 6.71 g; Sód: 2478.28 mg; Błonnik: 35.82 g; W tym cukry: 68.62 g; WW: 35.32 Por; Potas: 3475.58 mg; Wapń: 916.65 mg; Fosfor: 1404.83 mg; Żelazo: 9.75 mg; Magnez: 351.58 mg;

sobota 2025-03-08 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>), Majonez 15g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty 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 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 kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 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: 2098.72 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz ogółem: 55.58 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; Kw. tł. nasycone: 15.98 g; Sól: 6.69 g; Sód: 2466.07 mg; Błonnik: 37.83 g; W tym cukry: 45.82 g; WW: 27.25 Por; Potas: 3424.34 mg; Wapń: 905.01 mg; Fosfor: 1493.27 mg; Żelazo: 10.06 mg; Magnez: 375.52 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</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>), Marchew w plasterach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.50 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz ogółem: 44.80 g; Węglowodany ogółem: 321.10 g; Kw. tł. nasycone: 14.20 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1160.78 mg; Błonnik: 22.72 g; W tym cukry: 44.20 g; WW: 32.35 Por; Potas: 3248.15 mg; Wapń: 507.37 mg; Fosfor: 1034.56 mg; Żelazo: 7.18 mg; Magnez: 217.93 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 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 150g (<i>SEL, S02</i>), Sałata z jogurtem 50g (<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>), Marchew w plasterach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.85 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz ogółem: 49.64 g; Węglowodany ogółem: 296.12 g; Kw. tł. nasycone: 12.40 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1191.37 mg; Błonnik: 24.75 g; W tym cukry: 46.53 g; WW: 29.81 Por; Potas: 3383.73 mg; Wapń: 522.94 mg; Fosfor: 1064.33 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 225.37 mg;

sobota 2025-03-08 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>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 50g (<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>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1683.08 kcal; Białko ogółem: 48.43 g; Tłuszcz ogółem: 40.21 g; Węglowodany ogółem: 227.50 g; Kw. tł. nasycone: 7.61 g; Sól: 2.05 g; Sód: 179.70 mg; Błonnik: 22.39 g; W tym cukry: 26.32 g; WW: 22.84 Por; Potas: 2571.73 mg; Wapń: 108.24 mg; Fosfor: 515.97 mg; Żelazo: 4.55 mg; Magnez: 132.47 mg;

sobota 2025-03-08 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 150g 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: 2103.46 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz ogółem: 64.10 g; Węglowodany ogółem: 273.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.62 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką (papka) 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik ryżowy (papka) 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki (papka) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze(papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg (papka) 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2014.33 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz ogółem: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 297.37 g; Kw. tł. nasycone: 10.37 g; Sól: 3.00 g; Sód: 1066.24 mg; Błonnik: 25.05 g; W tym cukry: 39.12 g; WW: 30.08 Por; Potas: 3129.86 mg; Wapń: 535.75 mg; Fosfor: 1029.67 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 226.12 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), 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 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2101.70 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 284.80 g; Kw. tł. nasycone: 10.98 g; Sól: 3.08 g; Sód: 1096.84 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 43.29 g; WW: 28.63 Por; Potas: 3313.50 mg; Wapń: 514.42 mg; Fosfor: 1110.16 mg; Żelazo: 7.24 mg; Magnez: 212.53 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), 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), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.38 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz ogółem: 40.89 g; Węglowodany ogółem: 278.89 g; Kw. tł. nasycone: 9.81 g; Sól: 3.02 g; Sód: 1070.60 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 38.98 g; WW: 28.03 Por; Potas: 2963.74 mg; Wapń: 467.10 mg; Fosfor: 996.68 mg; Żelazo: 6.62 mg; Magnez: 200.29 mg;

sobota 2025-03-08 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), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.61 kcal; Białko ogółem: 67.15 g; Tłuszcz ogółem: 47.70 g; Węglowodany ogółem: 252.28 g; Kw. tł. nasycone: 10.24 g; Sól: 1.14 g; Sód: 321.12 mg; Błonnik: 23.53 g; W tym cukry: 39.58 g; WW: 25.31 Por; Potas: 3036.14 mg; Wapń: 445.68 mg; Fosfor: 865.84 mg; Żelazo: 4.88 mg; Magnez: 171.79 mg;

sobota 2025-03-08 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 krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 50g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.83 kcal; Białko ogółem: 73.45 g; Tłuszcz ogółem: 64.55 g; Węglowodany ogółem: 286.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1078.84 mg; Błonnik: 22.26 g; W tym cukry: 42.85 g; WW: 28.75 Por; Potas: 3160.72 mg; Wapń: 173.48 mg; Fosfor: 766.41 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 197.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 90g , Rukola 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty 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 zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok owocowy 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.60 kcal; Białko ogółem: 62.59 g; Tłuszcz ogółem: 53.07 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; Kw. tł. nasycone: 16.30 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1557.72 mg; Błonnik: 36.76 g; W tym cukry: 45.61 g; WW: 30.90 Por; Potas: 2926.23 mg; Wapń: 831.07 mg; Fosfor: 1028.94 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 243.98 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Salata z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.83 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1110.90 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 42.61 g; WW: 29.59 Por; Potas: 3467.89 mg; Wapń: 483.72 mg; Fosfor: 1132.52 mg; Żelazo: 7.42 mg; Magnez: 226.02 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posilek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2154.68 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz ogółem: 67.39 g; Węglowodany ogółem: 269.18 g; Kw. tł. nasycone: 21.28 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.21 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Salata z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.83 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1110.90 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 42.61 g; WW: 29.59 Por; Potas: 3467.89 mg; Wapń: 483.72 mg; Fosfor: 1132.52 mg; Żelazo: 7.42 mg; Magnez: 226.02 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 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 150g (<i>SEL, S02</i>), Salata z jogurtem 50g (<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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.75 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz ogółem: 44.96 g; Węglowodany ogółem: 297.49 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1109.84 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 44.34 g; WW: 29.93 Por; Potas: 3403.88 mg; Wapń: 492.39 mg; Fosfor: 1049.13 mg; Żelazo: 7.41 mg; Magnez: 216.37 mg;

sobota 2025-03-08 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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Cykonia 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: 1961.07 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; Tłuszcz ogółem: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 274.68 g; Kw. tł. nasycone: 10.70 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1391.56 mg; Błonnik: 37.06 g; W tym cukry: 50.23 g; WW: 27.55 Por; Potas: 3771.72 mg; Wapń: 597.44 mg; Fosfor: 1342.70 mg; Żelazo: 10.28 mg; Magnez: 331.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 50g , 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 , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1701.29 kcal; Białko ogółem: 49.12 g; Tłuszcz ogółem: 63.67 g; Węglowodany ogółem: 229.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.79 g; Sól: 1.67 g; Sód: 191.62 mg; Błonnik: 22.46 g; W tym cukry: 26.44 g; WW: 23.03 Por; Potas: 2658.54 mg; Wapń: 111.68 mg; Fosfor: 563.19 mg; Żelazo: 4.66 mg; Magnez: 139.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (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), Majonez 15g (JAJ, GOR), Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka smażony w panierce 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g, Surówka coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), 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 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 30g (MLE), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2656.28 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz ogółem: 73.82 g; Węglowodany ogółem: 352.96 g; Kw. tł. nasycone: 19.55 g; Sól: 6.71 g; Sód: 2478.28 mg; Błonnik: 35.82 g; W tym cukry: 68.62 g; WW: 35.32 Por; Potas: 3475.58 mg; Wapń: 916.65 mg; Fosfor: 1404.83 mg; Żelazo: 9.75 mg; Magnez: 351.58 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Majonez 15g (JAJ, GOR), Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g, Surówka coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 30g (MLE), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.72 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz ogółem: 55.58 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; Kw. tł. nasycone: 15.98 g; Sól: 6.69 g; Sód: 2466.07 mg; Błonnik: 37.83 g; W tym cukry: 45.82 g; WW: 27.25 Por; Potas: 3424.34 mg; Wapń: 905.01 mg; Fosfor: 1493.27 mg; Żelazo: 10.06 mg; Magnez: 375.52 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 50g (MLE), 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), Marchew w plasterach 100g (GLU, MLE), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.50 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz ogółem: 44.80 g; Węglowodany ogółem: 321.10 g; Kw. tł. nasycone: 14.20 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1160.78 mg; Błonnik: 22.72 g; W tym cukry: 44.20 g; WW: 32.35 Por; Potas: 3248.15 mg; Wapń: 507.37 mg; Fosfor: 1034.56 mg; Żelazo: 7.18 mg; Magnez: 217.93 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 150g (SEL, S02), Sałata z jogurtem 50g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Marchew w plasterach 100g (GLU, MLE), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.85 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz ogółem: 49.64 g; Węglowodany ogółem: 296.12 g; Kw. tł. nasycone: 12.40 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1191.37 mg; Błonnik: 24.75 g; W tym cukry: 46.53 g; WW: 29.81 Por; Potas: 3383.73 mg; Wapń: 522.94 mg; Fosfor: 1064.33 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 225.37 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 50g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1683.08 kcal; Białko ogółem: 48.43 g; Tłuszcz ogółem: 40.21 g; Węglowodany ogółem: 227.50 g; Kw. tł. nasycone: 7.61 g; Sól: 2.05 g; Sód: 179.70 mg; Błonnik: 22.39 g; W tym cukry: 26.32 g; WW: 22.84 Por; Potas: 2571.73 mg; Wapń: 108.24 mg; Fosfor: 515.97 mg; Żelazo: 4.55 mg; Magnez: 132.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyń) 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 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2103.46 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz ogółem: 64.10 g; Węglowodany ogółem: 273.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.62 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką (papka) 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik ryżowy (papka) 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki (papka) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze(papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg (papka) 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2014.33 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz ogółem: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 297.37 g; Kw. tł. nasycone: 10.37 g; Sól: 3.00 g; Sód: 1066.24 mg; Błonnik: 25.05 g; W tym cukry: 39.12 g; WW: 30.08 Por; Potas: 3129.86 mg; Wapń: 535.75 mg; Fosfor: 1029.67 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 226.12 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), 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 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2101.70 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 284.80 g; Kw. tł. nasycone: 10.98 g; Sól: 3.08 g; Sód: 1096.84 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 43.29 g; WW: 28.63 Por; Potas: 3313.50 mg; Wapń: 514.42 mg; Fosfor: 1110.16 mg; Żelazo: 7.24 mg; Magnez: 212.53 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), 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), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.38 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz ogółem: 40.89 g; Węglowodany ogółem: 278.89 g; Kw. tł. nasycone: 9.81 g; Sól: 3.02 g; Sód: 1070.60 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 38.98 g; WW: 28.03 Por; Potas: 2963.74 mg; Wapń: 467.10 mg; Fosfor: 996.68 mg; Żelazo: 6.62 mg; Magnez: 200.29 mg;

sobota 2025-03-08 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), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.61 kcal; Białko ogółem: 67.15 g; Tłuszcz ogółem: 47.70 g; Węglowodany ogółem: 252.28 g; Kw. tł. nasycone: 10.24 g; Sól: 1.14 g; Sód: 321.12 mg; Błonnik: 23.53 g; W tym cukry: 39.58 g; WW: 25.31 Por; Potas: 3036.14 mg; Wapń: 445.68 mg; Fosfor: 865.84 mg; Żelazo: 4.88 mg; Magnez: 171.79 mg;

sobota 2025-03-08 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 krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 50g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Cykorja 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.83 kcal; Białko ogółem: 73.45 g; Tłuszcz ogółem: 64.55 g; Węglowodany ogółem: 286.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1078.84 mg; Błonnik: 22.26 g; W tym cukry: 42.85 g; WW: 28.75 Por; Potas: 3160.72 mg; Wapń: 173.48 mg; Fosfor: 766.41 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 197.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 90g , Rukola 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty 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 zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok owocowy 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.60 kcal; Białko ogółem: 62.59 g; Tłuszcz ogółem: 53.07 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; Kw. tł. nasycone: 16.30 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1557.72 mg; Błonnik: 36.76 g; W tym cukry: 45.61 g; WW: 30.90 Por; Potas: 2926.23 mg; Wapń: 831.07 mg; Fosfor: 1028.94 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 243.98 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Salata z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.83 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1110.90 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 42.61 g; WW: 29.59 Por; Potas: 3467.89 mg; Wapń: 483.72 mg; Fosfor: 1132.52 mg; Żelazo: 7.42 mg; Magnez: 226.02 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posilek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2154.68 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz ogółem: 67.39 g; Węglowodany ogółem: 269.18 g; Kw. tł. nasycone: 21.28 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.21 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Salata z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.83 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1110.90 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 42.61 g; WW: 29.59 Por; Potas: 3467.89 mg; Wapń: 483.72 mg; Fosfor: 1132.52 mg; Żelazo: 7.42 mg; Magnez: 226.02 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 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 150g (<i>SEL, S02</i>), Salata z jogurtem 50g (<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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.75 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz ogółem: 44.96 g; Węglowodany ogółem: 297.49 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1109.84 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 44.34 g; WW: 29.93 Por; Potas: 3403.88 mg; Wapń: 492.39 mg; Fosfor: 1049.13 mg; Żelazo: 7.41 mg; Magnez: 216.37 mg;

sobota 2025-03-08 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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Cykonia 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: 1961.07 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; Tłuszcz ogółem: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 274.68 g; Kw. tł. nasycone: 10.70 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1391.56 mg; Błonnik: 37.06 g; W tym cukry: 50.23 g; WW: 27.55 Por; Potas: 3771.72 mg; Wapń: 597.44 mg; Fosfor: 1342.70 mg; Żelazo: 10.28 mg; Magnez: 331.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 50g , 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 , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1701.29 kcal; Białko ogółem: 49.12 g; Tłuszcz ogółem: 63.67 g; Węglowodany ogółem: 229.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.79 g; Sól: 1.67 g; Sód: 191.62 mg; Błonnik: 22.46 g; W tym cukry: 26.44 g; WW: 23.03 Por; Potas: 2658.54 mg; Wapń: 111.68 mg; Fosfor: 563.19 mg; Żelazo: 4.66 mg; Magnez: 139.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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>), Majonez 15g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g, Surówka coleslaw z białej kapusty 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 zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , 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>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2656.28 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz ogółem: 73.82 g; Węglowodany ogółem: 352.96 g; Kw. tł. nasycone: 19.55 g; Sól: 6.71 g; Sód: 2478.28 mg; Błonnik: 35.82 g; W tym cukry: 68.62 g; WW: 35.32 Por; Potas: 3475.58 mg; Wapń: 916.65 mg; Fosfor: 1404.83 mg; Żelazo: 9.75 mg; Magnez: 351.58 mg;

sobota 2025-03-08 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>), Majonez 15g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g, Surówka coleslaw z białej kapusty 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 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 kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.72 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz ogółem: 55.58 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; Kw. tł. nasycone: 15.98 g; Sól: 6.69 g; Sód: 2466.07 mg; Błonnik: 37.83 g; W tym cukry: 45.82 g; WW: 27.25 Por; Potas: 3424.34 mg; Wapń: 905.01 mg; Fosfor: 1493.27 mg; Żelazo: 10.06 mg; Magnez: 375.52 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</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>), Marchew w plasterach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.50 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz ogółem: 44.80 g; Węglowodany ogółem: 321.10 g; Kw. tł. nasycone: 14.20 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1160.78 mg; Błonnik: 22.72 g; W tym cukry: 44.20 g; WW: 32.35 Por; Potas: 3248.15 mg; Wapń: 507.37 mg; Fosfor: 1034.56 mg; Żelazo: 7.18 mg; Magnez: 217.93 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 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 150g (<i>SEL, S02</i>), Sałata z jogurtem 50g (<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>), Marchew w plasterach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.85 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz ogółem: 49.64 g; Węglowodany ogółem: 296.12 g; Kw. tł. nasycone: 12.40 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1191.37 mg; Błonnik: 24.75 g; W tym cukry: 46.53 g; WW: 29.81 Por; Potas: 3383.73 mg; Wapń: 522.94 mg; Fosfor: 1064.33 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 225.37 mg;

sobota 2025-03-08 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>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 50g (<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>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1683.08 kcal; Białko ogółem: 48.43 g; Tłuszcz ogółem: 40.21 g; Węglowodany ogółem: 227.50 g; Kw. tł. nasycone: 7.61 g; Sól: 2.05 g; Sód: 179.70 mg; Błonnik: 22.39 g; W tym cukry: 26.32 g; WW: 22.84 Por; Potas: 2571.73 mg; Wapń: 108.24 mg; Fosfor: 515.97 mg; Żelazo: 4.55 mg; Magnez: 132.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08 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 150g 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: 2103.46 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz ogółem: 64.10 g; Węglowodany ogółem: 273.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.62 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką (papka) 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik ryżowy (papka) 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki (papka) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze(papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg (papka) 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2014.33 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz ogółem: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 297.37 g; Kw. tł. nasycone: 10.37 g; Sól: 3.00 g; Sód: 1066.24 mg; Błonnik: 25.05 g; W tym cukry: 39.12 g; WW: 30.08 Por; Potas: 3129.86 mg; Wapń: 535.75 mg; Fosfor: 1029.67 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 226.12 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), 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 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2101.70 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 284.80 g; Kw. tł. nasycone: 10.98 g; Sól: 3.08 g; Sód: 1096.84 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 43.29 g; WW: 28.63 Por; Potas: 3313.50 mg; Wapń: 514.42 mg; Fosfor: 1110.16 mg; Żelazo: 7.24 mg; Magnez: 212.53 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), 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), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.38 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz ogółem: 40.89 g; Węglowodany ogółem: 278.89 g; Kw. tł. nasycone: 9.81 g; Sól: 3.02 g; Sód: 1070.60 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 38.98 g; WW: 28.03 Por; Potas: 2963.74 mg; Wapń: 467.10 mg; Fosfor: 996.68 mg; Żelazo: 6.62 mg; Magnez: 200.29 mg;

sobota 2025-03-08 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), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.61 kcal; Białko ogółem: 67.15 g; Tłuszcz ogółem: 47.70 g; Węglowodany ogółem: 252.28 g; Kw. tł. nasycone: 10.24 g; Sól: 1.14 g; Sód: 321.12 mg; Błonnik: 23.53 g; W tym cukry: 39.58 g; WW: 25.31 Por; Potas: 3036.14 mg; Wapń: 445.68 mg; Fosfor: 865.84 mg; Żelazo: 4.88 mg; Magnez: 171.79 mg;

sobota 2025-03-08 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 krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 50g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Poledwica ani drobiowa 40g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Cykorja 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.83 kcal; Białko ogółem: 73.45 g; Tłuszcz ogółem: 64.55 g; Węglowodany ogółem: 286.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1078.84 mg; Błonnik: 22.26 g; W tym cukry: 42.85 g; WW: 28.75 Por; Potas: 3160.72 mg; Wapń: 173.48 mg; Fosfor: 766.41 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 197.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 90g , Rukola 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty 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 zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok owocowy 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.60 kcal; Białko ogółem: 62.59 g; Tłuszcz ogółem: 53.07 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; Kw. tł. nasycone: 16.30 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1557.72 mg; Błonnik: 36.76 g; W tym cukry: 45.61 g; WW: 30.90 Por; Potas: 2926.23 mg; Wapń: 831.07 mg; Fosfor: 1028.94 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 243.98 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Salata z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.83 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1110.90 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 42.61 g; WW: 29.59 Por; Potas: 3467.89 mg; Wapń: 483.72 mg; Fosfor: 1132.52 mg; Żelazo: 7.42 mg; Magnez: 226.02 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posilek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2154.68 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz ogółem: 67.39 g; Węglowodany ogółem: 269.18 g; Kw. tł. nasycone: 21.28 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.21 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Salata z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.83 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1110.90 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 42.61 g; WW: 29.59 Por; Potas: 3467.89 mg; Wapń: 483.72 mg; Fosfor: 1132.52 mg; Żelazo: 7.42 mg; Magnez: 226.02 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 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 150g (<i>SEL, S02</i>), Salata z jogurtem 50g (<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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.75 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz ogółem: 44.96 g; Węglowodany ogółem: 297.49 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1109.84 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 44.34 g; WW: 29.93 Por; Potas: 3403.88 mg; Wapń: 492.39 mg; Fosfor: 1049.13 mg; Żelazo: 7.41 mg; Magnez: 216.37 mg;

sobota 2025-03-08 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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Cykonia 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: 1961.07 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; Tłuszcz ogółem: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 274.68 g; Kw. tł. nasycone: 10.70 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1391.56 mg; Błonnik: 37.06 g; W tym cukry: 50.23 g; WW: 27.55 Por; Potas: 3771.72 mg; Wapń: 597.44 mg; Fosfor: 1342.70 mg; Żelazo: 10.28 mg; Magnez: 331.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 50g , 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 , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1701.29 kcal; Białko ogółem: 49.12 g; Tłuszcz ogółem: 63.67 g; Węglowodany ogółem: 229.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.79 g; Sól: 1.67 g; Sód: 191.62 mg; Błonnik: 22.46 g; W tym cukry: 26.44 g; WW: 23.03 Por; Potas: 2658.54 mg; Wapń: 111.68 mg; Fosfor: 563.19 mg; Żelazo: 4.66 mg; Magnez: 139.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (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), Majonez 15g (JAJ, GOR), Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka smażony w panierce 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g, Surówka coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), 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 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 30g (MLE), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2656.28 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz ogółem: 73.82 g; Węglowodany ogółem: 352.96 g; Kw. tł. nasycone: 19.55 g; Sól: 6.71 g; Sód: 2478.28 mg; Błonnik: 35.82 g; W tym cukry: 68.62 g; WW: 35.32 Por; Potas: 3475.58 mg; Wapń: 916.65 mg; Fosfor: 1404.83 mg; Żelazo: 9.75 mg; Magnez: 351.58 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Majonez 15g (JAJ, GOR), Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g, Surówka coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 30g (MLE), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.72 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz ogółem: 55.58 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; Kw. tł. nasycone: 15.98 g; Sól: 6.69 g; Sód: 2466.07 mg; Błonnik: 37.83 g; W tym cukry: 45.82 g; WW: 27.25 Por; Potas: 3424.34 mg; Wapń: 905.01 mg; Fosfor: 1493.27 mg; Żelazo: 10.06 mg; Magnez: 375.52 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 50g (MLE), 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), Marchew w plasterach 100g (GLU, MLE), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.50 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz ogółem: 44.80 g; Węglowodany ogółem: 321.10 g; Kw. tł. nasycone: 14.20 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1160.78 mg; Błonnik: 22.72 g; W tym cukry: 44.20 g; WW: 32.35 Por; Potas: 3248.15 mg; Wapń: 507.37 mg; Fosfor: 1034.56 mg; Żelazo: 7.18 mg; Magnez: 217.93 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 150g (SEL, S02), Sałata z jogurtem 50g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Marchew w plasterach 100g (GLU, MLE), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.85 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz ogółem: 49.64 g; Węglowodany ogółem: 296.12 g; Kw. tł. nasycone: 12.40 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1191.37 mg; Błonnik: 24.75 g; W tym cukry: 46.53 g; WW: 29.81 Por; Potas: 3383.73 mg; Wapń: 522.94 mg; Fosfor: 1064.33 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 225.37 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 50g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1683.08 kcal; Białko ogółem: 48.43 g; Tłuszcz ogółem: 40.21 g; Węglowodany ogółem: 227.50 g; Kw. tł. nasycone: 7.61 g; Sól: 2.05 g; Sód: 179.70 mg; Błonnik: 22.39 g; W tym cukry: 26.32 g; WW: 22.84 Por; Potas: 2571.73 mg; Wapń: 108.24 mg; Fosfor: 515.97 mg; Żelazo: 4.55 mg; Magnez: 132.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08 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 150g 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: 2103.46 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz ogółem: 64.10 g; Węglowodany ogółem: 273.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.62 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką (papka) 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik ryżowy (papka) 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki (papka) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze(papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg (papka) 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2014.33 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz ogółem: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 297.37 g; Kw. tł. nasycone: 10.37 g; Sól: 3.00 g; Sód: 1066.24 mg; Błonnik: 25.05 g; W tym cukry: 39.12 g; WW: 30.08 Por; Potas: 3129.86 mg; Wapń: 535.75 mg; Fosfor: 1029.67 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 226.12 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), 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 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2101.70 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 284.80 g; Kw. tł. nasycone: 10.98 g; Sól: 3.08 g; Sód: 1096.84 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 43.29 g; WW: 28.63 Por; Potas: 3313.50 mg; Wapń: 514.42 mg; Fosfor: 1110.16 mg; Żelazo: 7.24 mg; Magnez: 212.53 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), 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), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.38 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz ogółem: 40.89 g; Węglowodany ogółem: 278.89 g; Kw. tł. nasycone: 9.81 g; Sól: 3.02 g; Sód: 1070.60 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 38.98 g; WW: 28.03 Por; Potas: 2963.74 mg; Wapń: 467.10 mg; Fosfor: 996.68 mg; Żelazo: 6.62 mg; Magnez: 200.29 mg;

sobota 2025-03-08 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), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.61 kcal; Białko ogółem: 67.15 g; Tłuszcz ogółem: 47.70 g; Węglowodany ogółem: 252.28 g; Kw. tł. nasycone: 10.24 g; Sól: 1.14 g; Sód: 321.12 mg; Błonnik: 23.53 g; W tym cukry: 39.58 g; WW: 25.31 Por; Potas: 3036.14 mg; Wapń: 445.68 mg; Fosfor: 865.84 mg; Żelazo: 4.88 mg; Magnez: 171.79 mg;

sobota 2025-03-08 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 krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 50g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Poledwica ani drobiowa 40g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Cykorja 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.83 kcal; Białko ogółem: 73.45 g; Tłuszcz ogółem: 64.55 g; Węglowodany ogółem: 286.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1078.84 mg; Błonnik: 22.26 g; W tym cukry: 42.85 g; WW: 28.75 Por; Potas: 3160.72 mg; Wapń: 173.48 mg; Fosfor: 766.41 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 197.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 90g , Rukola 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty 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 zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok owocowy 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.60 kcal; Białko ogółem: 62.59 g; Tłuszcz ogółem: 53.07 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; Kw. tł. nasycone: 16.30 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1557.72 mg; Błonnik: 36.76 g; W tym cukry: 45.61 g; WW: 30.90 Por; Potas: 2926.23 mg; Wapń: 831.07 mg; Fosfor: 1028.94 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 243.98 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Salata z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.83 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1110.90 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 42.61 g; WW: 29.59 Por; Potas: 3467.89 mg; Wapń: 483.72 mg; Fosfor: 1132.52 mg; Żelazo: 7.42 mg; Magnez: 226.02 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posilek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2154.68 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz ogółem: 67.39 g; Węglowodany ogółem: 269.18 g; Kw. tł. nasycone: 21.28 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.21 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Salata z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.83 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1110.90 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 42.61 g; WW: 29.59 Por; Potas: 3467.89 mg; Wapń: 483.72 mg; Fosfor: 1132.52 mg; Żelazo: 7.42 mg; Magnez: 226.02 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 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 150g (<i>SEL, S02</i>), Salata z jogurtem 50g (<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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.75 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz ogółem: 44.96 g; Węglowodany ogółem: 297.49 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1109.84 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 44.34 g; WW: 29.93 Por; Potas: 3403.88 mg; Wapń: 492.39 mg; Fosfor: 1049.13 mg; Żelazo: 7.41 mg; Magnez: 216.37 mg;

sobota 2025-03-08 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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Cykonia 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: 1961.07 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; Tłuszcz ogółem: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 274.68 g; Kw. tł. nasycone: 10.70 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1391.56 mg; Błonnik: 37.06 g; W tym cukry: 50.23 g; WW: 27.55 Por; Potas: 3771.72 mg; Wapń: 597.44 mg; Fosfor: 1342.70 mg; Żelazo: 10.28 mg; Magnez: 331.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 50g , 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 , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1701.29 kcal; Białko ogółem: 49.12 g; Tłuszcz ogółem: 63.67 g; Węglowodany ogółem: 229.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.79 g; Sól: 1.67 g; Sód: 191.62 mg; Błonnik: 22.46 g; W tym cukry: 26.44 g; WW: 23.03 Por; Potas: 2658.54 mg; Wapń: 111.68 mg; Fosfor: 563.19 mg; Żelazo: 4.66 mg; Magnez: 139.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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>), Majonez 15g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g, Surówka coleslaw z białej kapusty 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 zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , 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>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2656.28 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz ogółem: 73.82 g; Węglowodany ogółem: 352.96 g; Kw. tł. nasycone: 19.55 g; Sól: 6.71 g; Sód: 2478.28 mg; Błonnik: 35.82 g; W tym cukry: 68.62 g; WW: 35.32 Por; Potas: 3475.58 mg; Wapń: 916.65 mg; Fosfor: 1404.83 mg; Żelazo: 9.75 mg; Magnez: 351.58 mg;

sobota 2025-03-08 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>), Majonez 15g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty 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 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 kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Cykoria 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: 2098.72 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz ogółem: 55.58 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; Kw. tł. nasycone: 15.98 g; Sól: 6.69 g; Sód: 2466.07 mg; Błonnik: 37.83 g; W tym cukry: 45.82 g; WW: 27.25 Por; Potas: 3424.34 mg; Wapń: 905.01 mg; Fosfor: 1493.27 mg; Żelazo: 10.06 mg; Magnez: 375.52 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</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>), Marchew w plasterach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.50 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz ogółem: 44.80 g; Węglowodany ogółem: 321.10 g; Kw. tł. nasycone: 14.20 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1160.78 mg; Błonnik: 22.72 g; W tym cukry: 44.20 g; WW: 32.35 Por; Potas: 3248.15 mg; Wapń: 507.37 mg; Fosfor: 1034.56 mg; Żelazo: 7.18 mg; Magnez: 217.93 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 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 150g (<i>SEL, S02</i>), Sałata z jogurtem 50g (<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>), Marchew w plasterach 100g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.85 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz ogółem: 49.64 g; Węglowodany ogółem: 296.12 g; Kw. tł. nasycone: 12.40 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1191.37 mg; Błonnik: 24.75 g; W tym cukry: 46.53 g; WW: 29.81 Por; Potas: 3383.73 mg; Wapń: 522.94 mg; Fosfor: 1064.33 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 225.37 mg;

sobota 2025-03-08 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>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 50g (<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>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1683.08 kcal; Białko ogółem: 48.43 g; Tłuszcz ogółem: 40.21 g; Węglowodany ogółem: 227.50 g; Kw. tł. nasycone: 7.61 g; Sól: 2.05 g; Sód: 179.70 mg; Błonnik: 22.39 g; W tym cukry: 26.32 g; WW: 22.84 Por; Potas: 2571.73 mg; Wapń: 108.24 mg; Fosfor: 515.97 mg; Żelazo: 4.55 mg; Magnez: 132.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08			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 150g 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: 2103.46 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz ogółem: 64.10 g; Węglowodany ogółem: 273.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.62 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-03-08			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką (papka) 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g ,		Zupa krupnik ryżowy (papka) 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki (papka) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze(papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg (papka) 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2014.33 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz ogółem: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 297.37 g; Kw. tł. nasycone: 10.37 g; Sól: 3.00 g; Sód: 1066.24 mg; Błonnik: 25.05 g; W tym cukry: 39.12 g; WW: 30.08 Por; Potas: 3129.86 mg; Wapń: 535.75 mg; Fosfor: 1029.67 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 226.12 mg;

sobota 2025-03-08			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,		Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), 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 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2101.70 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 284.80 g; Kw. tł. nasycone: 10.98 g; Sól: 3.08 g; Sód: 1096.84 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 43.29 g; WW: 28.63 Por; Potas: 3313.50 mg; Wapń: 514.42 mg; Fosfor: 1110.16 mg; Żelazo: 7.24 mg; Magnez: 212.53 mg;

sobota 2025-03-08			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g , Rukola 10g ,		Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), 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), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.38 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz ogółem: 40.89 g; Węglowodany ogółem: 278.89 g; Kw. tł. nasycone: 9.81 g; Sól: 3.02 g; Sód: 1070.60 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 38.98 g; WW: 28.03 Por; Potas: 2963.74 mg; Wapń: 467.10 mg; Fosfor: 996.68 mg; Żelazo: 6.62 mg; Magnez: 200.29 mg;

sobota 2025-03-08			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), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.61 kcal; Białko ogółem: 67.15 g; Tłuszcz ogółem: 47.70 g; Węglowodany ogółem: 252.28 g; Kw. tł. nasycone: 10.24 g; Sól: 1.14 g; Sód: 321.12 mg; Błonnik: 23.53 g; W tym cukry: 39.58 g; WW: 25.31 Por; Potas: 3036.14 mg; Wapń: 445.68 mg; Fosfor: 865.84 mg; Żelazo: 4.88 mg; Magnez: 171.79 mg;

sobota 2025-03-08			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 krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 50g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Poledwica ani drobiowa 40g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Cykorja 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.83 kcal; Białko ogółem: 73.45 g; Tłuszcz ogółem: 64.55 g; Węglowodany ogółem: 286.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1078.84 mg; Błonnik: 22.26 g; W tym cukry: 42.85 g; WW: 28.75 Por; Potas: 3160.72 mg; Wapń: 173.48 mg; Fosfor: 766.41 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 197.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Ogórek świeży 90g , Rukola 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), 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 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posilek nocny: Sok owocowy 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.60 kcal; Białko ogółem: 62.59 g; Tłuszcz ogółem: 53.07 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; Kw. tł. nasycone: 16.30 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1557.72 mg; Błonnik: 36.76 g; W tym cukry: 45.61 g; WW: 30.90 Por; Potas: 2926.23 mg; Wapń: 831.07 mg; Fosfor: 1028.94 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 243.98 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (GLU), Ziemniaki b/soli 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), 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), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.83 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1110.90 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 42.61 g; WW: 29.59 Por; Potas: 3467.89 mg; Wapń: 483.72 mg; Fosfor: 1132.52 mg; Żelazo: 7.42 mg; Magnez: 226.02 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
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 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posilek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2154.68 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz ogółem: 67.39 g; Węglowodany ogółem: 269.18 g; Kw. tł. nasycone: 21.28 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.21 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (GLU), Ziemniaki b/soli 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), 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), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.83 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1110.90 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 42.61 g; WW: 29.59 Por; Potas: 3467.89 mg; Wapń: 483.72 mg; Fosfor: 1132.52 mg; Żelazo: 7.42 mg; Magnez: 226.02 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 150g (SEL, S02), Salata z jogurtem 50g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.75 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz ogółem: 44.96 g; Węglowodany ogółem: 297.49 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1109.84 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 44.34 g; WW: 29.93 Por; Potas: 3403.88 mg; Wapń: 492.39 mg; Fosfor: 1049.13 mg; Żelazo: 7.41 mg; Magnez: 216.37 mg;

sobota 2025-03-08 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 jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty 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), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 30g (MLE), Cykonia 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,	Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1961.07 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; Tłuszcz ogółem: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 274.68 g; Kw. tł. nasycone: 10.70 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1391.56 mg; Błonnik: 37.06 g; W tym cukry: 50.23 g; WW: 27.55 Por; Potas: 3771.72 mg; Wapń: 597.44 mg; Fosfor: 1342.70 mg; Żelazo: 10.28 mg; Magnez: 331.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 50g , 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 , Polędwica ani drobiowa 40g (SQJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1701.29 kcal; Białko ogółem: 49.12 g; Tłuszcz ogółem: 63.67 g; Węglowodany ogółem: 229.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.79 g; Sól: 1.67 g; Sód: 191.62 mg; Błonnik: 22.46 g; W tym cukry: 26.44 g; WW: 23.03 Por; Potas: 2658.54 mg; Wapń: 111.68 mg; Fosfor: 563.19 mg; Żelazo: 4.66 mg; Magnez: 139.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (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), Majonez 15g (JAJ, GOR), Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka smażony w panierce 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g, Surówka coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), 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 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 30g (MLE), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2656.28 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz ogółem: 73.82 g; Węglowodany ogółem: 352.96 g; Kw. tł. nasycone: 19.55 g; Sól: 6.71 g; Sód: 2478.28 mg; Błonnik: 35.82 g; W tym cukry: 68.62 g; WW: 35.32 Por; Potas: 3475.58 mg; Wapń: 916.65 mg; Fosfor: 1404.83 mg; Żelazo: 9.75 mg; Magnez: 351.58 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Majonez 15g (JAJ, GOR), Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g, Surówka coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 30g (MLE), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.72 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz ogółem: 55.58 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; Kw. tł. nasycone: 15.98 g; Sól: 6.69 g; Sód: 2466.07 mg; Błonnik: 37.83 g; W tym cukry: 45.82 g; WW: 27.25 Por; Potas: 3424.34 mg; Wapń: 905.01 mg; Fosfor: 1493.27 mg; Żelazo: 10.06 mg; Magnez: 375.52 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 50g (MLE), 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), Marchew w plasterach 100g (GLU, MLE), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.50 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz ogółem: 44.80 g; Węglowodany ogółem: 321.10 g; Kw. tł. nasycone: 14.20 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1160.78 mg; Błonnik: 22.72 g; W tym cukry: 44.20 g; WW: 32.35 Por; Potas: 3248.15 mg; Wapń: 507.37 mg; Fosfor: 1034.56 mg; Żelazo: 7.18 mg; Magnez: 217.93 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 150g (SEL, S02), Sałata z jogurtem 50g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Marchew w plasterach 100g (GLU, MLE), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.85 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz ogółem: 49.64 g; Węglowodany ogółem: 296.12 g; Kw. tł. nasycone: 12.40 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1191.37 mg; Błonnik: 24.75 g; W tym cukry: 46.53 g; WW: 29.81 Por; Potas: 3383.73 mg; Wapń: 522.94 mg; Fosfor: 1064.33 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 225.37 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Sałata z jogurtem 50g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1683.08 kcal; Białko ogółem: 48.43 g; Tłuszcz ogółem: 40.21 g; Węglowodany ogółem: 227.50 g; Kw. tł. nasycone: 7.61 g; Sól: 2.05 g; Sód: 179.70 mg; Błonnik: 22.39 g; W tym cukry: 26.32 g; WW: 22.84 Por; Potas: 2571.73 mg; Wapń: 108.24 mg; Fosfor: 515.97 mg; Żelazo: 4.55 mg; Magnez: 132.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08			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 150g 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: 2103.46 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz ogółem: 64.10 g; Węglowodany ogółem: 273.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.62 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-03-08			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką (papka) 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g ,		Zupa krupnik ryżowy (papka) 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki (papka) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze(papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg (papka) 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2014.33 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz ogółem: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 297.37 g; Kw. tł. nasycone: 10.37 g; Sól: 3.00 g; Sód: 1066.24 mg; Błonnik: 25.05 g; W tym cukry: 39.12 g; WW: 30.08 Por; Potas: 3129.86 mg; Wapń: 535.75 mg; Fosfor: 1029.67 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 226.12 mg;

sobota 2025-03-08			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,		Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), 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 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2101.70 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 284.80 g; Kw. tł. nasycone: 10.98 g; Sól: 3.08 g; Sód: 1096.84 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 43.29 g; WW: 28.63 Por; Potas: 3313.50 mg; Wapń: 514.42 mg; Fosfor: 1110.16 mg; Żelazo: 7.24 mg; Magnez: 212.53 mg;

sobota 2025-03-08			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g , Rukola 10g ,		Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), 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), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.38 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz ogółem: 40.89 g; Węglowodany ogółem: 278.89 g; Kw. tł. nasycone: 9.81 g; Sól: 3.02 g; Sód: 1070.60 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 38.98 g; WW: 28.03 Por; Potas: 2963.74 mg; Wapń: 467.10 mg; Fosfor: 996.68 mg; Żelazo: 6.62 mg; Magnez: 200.29 mg;

sobota 2025-03-08			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), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 90g ,		Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z jogurtem 50g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.61 kcal; Białko ogółem: 67.15 g; Tłuszcz ogółem: 47.70 g; Węglowodany ogółem: 252.28 g; Kw. tł. nasycone: 10.24 g; Sól: 1.14 g; Sód: 321.12 mg; Błonnik: 23.53 g; W tym cukry: 39.58 g; WW: 25.31 Por; Potas: 3036.14 mg; Wapń: 445.68 mg; Fosfor: 865.84 mg; Żelazo: 4.88 mg; Magnez: 171.79 mg;

sobota 2025-03-08			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 krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 50g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Poledwica ani drobiowa 40g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Cykorja 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.83 kcal; Białko ogółem: 73.45 g; Tłuszcz ogółem: 64.55 g; Węglowodany ogółem: 286.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1078.84 mg; Błonnik: 22.26 g; W tym cukry: 42.85 g; WW: 28.75 Por; Potas: 3160.72 mg; Wapń: 173.48 mg; Fosfor: 766.41 mg; Żelazo: 7.94 mg; Magnez: 197.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 90g , Rukola 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty 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 zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok owocowy 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.60 kcal; Białko ogółem: 62.59 g; Tłuszcz ogółem: 53.07 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; Kw. tł. nasycone: 16.30 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1557.72 mg; Błonnik: 36.76 g; W tym cukry: 45.61 g; WW: 30.90 Por; Potas: 2926.23 mg; Wapń: 831.07 mg; Fosfor: 1028.94 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 243.98 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Niskosodowa (bezsolna)		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Salata z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.83 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1110.90 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 42.61 g; WW: 29.59 Por; Potas: 3467.89 mg; Wapń: 483.72 mg; Fosfor: 1132.52 mg; Żelazo: 7.42 mg; Magnez: 226.02 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posilek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2154.68 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz ogółem: 67.39 g; Węglowodany ogółem: 269.18 g; Kw. tł. nasycone: 21.28 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.21 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Salata z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.83 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1110.90 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 42.61 g; WW: 29.59 Por; Potas: 3467.89 mg; Wapń: 483.72 mg; Fosfor: 1132.52 mg; Żelazo: 7.42 mg; Magnez: 226.02 mg;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<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 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 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 150g (<i>SEL, S02</i>), Salata z jogurtem 50g (<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 b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.75 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz ogółem: 44.96 g; Węglowodany ogółem: 297.49 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1109.84 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 44.34 g; WW: 29.93 Por; Potas: 3403.88 mg; Wapń: 492.39 mg; Fosfor: 1049.13 mg; Żelazo: 7.41 mg; Magnez: 216.37 mg;

sobota 2025-03-08 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 jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Cykonia 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: 1961.07 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; Tłuszcz ogółem: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 274.68 g; Kw. tł. nasycone: 10.70 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1391.56 mg; Błonnik: 37.06 g; W tym cukry: 50.23 g; WW: 27.55 Por; Potas: 3771.72 mg; Wapń: 597.44 mg; Fosfor: 1342.70 mg; Żelazo: 10.28 mg; Magnez: 331.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 50g , 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 , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1701.29 kcal; Białko ogółem: 49.12 g; Tłuszcz ogółem: 63.67 g; Węglowodany ogółem: 229.01 g; Kw. tł. nasycone: 9.79 g; Sól: 1.67 g; Sód: 191.62 mg; Błonnik: 22.46 g; W tym cukry: 26.44 g; WW: 23.03 Por; Potas: 2658.54 mg; Wapń: 111.68 mg; Fosfor: 563.19 mg; Żelazo: 4.66 mg; Magnez: 139.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-09 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>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</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</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Papryka świeża 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 20g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2575.89 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz ogółem: 56.90 g; Węglowodany ogółem: 355.44 g; Kw. tł. nasycone: 15.52 g; Sól: 5.46 g; Sód: 1486.81 mg; Błonnik: 45.78 g; W tym cukry: 82.74 g; WW: 35.55 Por; Potas: 3583.16 mg; Wapń: 793.00 mg; Fosfor: 1318.49 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 311.23 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i> , <i>MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), 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 , Papryka świeża 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 10g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.52 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz ogółem: 51.79 g; Węglowodany ogółem: 304.72 g; Kw. tł. nasycone: 11.94 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1426.07 mg; Błonnik: 47.60 g; W tym cukry: 60.84 g; WW: 30.50 Por; Potas: 3718.39 mg; Wapń: 725.88 mg; Fosfor: 1358.97 mg; Żelazo: 13.29 mg; Magnez: 345.42 mg;

niedziela 2025-03-09 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 , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2302.03 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz ogółem: 56.36 g; Węglowodany ogółem: 319.63 g; Kw. tł. nasycone: 12.65 g; Sól: 5.62 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.71 g; WW: 32.22 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 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 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	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</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2188.75 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz ogółem: 55.91 g; Węglowodany ogółem: 301.09 g; Kw. tł. nasycone: 10.48 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.71 g; WW: 30.32 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 80g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią indyczą 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1981.48 kcal; Białko ogółem: 58.05 g; Tłuszcz ogółem: 54.73 g; Węglowodany ogółem: 270.72 g; Kw. tł. nasycone: 9.88 g; Sól: 2.47 g; Sód: 234.37 mg; Błonnik: 28.89 g; W tym cukry: 32.92 g; WW: 27.20 Por; Potas: 2051.54 mg; Wapń: 178.76 mg; Fosfor: 532.01 mg; Żelazo: 5.64 mg; Magnez: 134.44 mg;

niedziela 2025-03-09 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</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 masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 100ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2178.22 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz ogółem: 61.88 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.02 g; Sól: 1.40 g; Sód: 490.26 mg; Błonnik: 17.31 g; W tym cukry: 93.21 g; WW: 30.91 Por; Potas: 4005.30 mg; Wapń: 692.71 mg; Fosfor: 1335.43 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 269.49 mg;

niedziela 2025-03-09 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 drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Rosół z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona (papka) 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna (papka) 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2195.37 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz ogółem: 47.29 g; Węglowodany ogółem: 307.89 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.81 g; Sód: 1167.12 mg; Błonnik: 29.63 g; W tym cukry: 42.59 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2714.32 mg; Wapń: 543.95 mg; Fosfor: 1069.91 mg; Żelazo: 8.90 mg; Magnez: 218.75 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleciną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2493.55 kcal; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz ogółem: 78.99 g; Węglowodany ogółem: 302.62 g; Kw. tł. nasycone: 26.05 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1347.51 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 48.97 g; WW: 30.44 Por; Potas: 2760.84 mg; Wapń: 538.16 mg; Fosfor: 1017.93 mg; Żelazo: 8.36 mg; Magnez: 209.12 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleciną i olejem b/cebuli 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.41 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 50.51 g; Węglowodany ogółem: 289.65 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 5.22 g; Sód: 1087.41 mg; Błonnik: 22.52 g; W tym cukry: 42.60 g; WW: 29.10 Por; Potas: 2110.58 mg; Wapń: 438.18 mg; Fosfor: 856.71 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 170.90 mg;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleciną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	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>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1991.41 kcal; Białko ogółem: 62.91 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 264.81 g; Kw. tł. nasycone: 9.14 g; Sól: 2.63 g; Sód: 251.95 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 32.73 g; WW: 26.57 Por; Potas: 2175.83 mg; Wapń: 191.19 mg; Fosfor: 549.56 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 124.93 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleciną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z białej fasoli 40g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica miodowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.92 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz ogółem: 75.91 g; Węglowodany ogółem: 309.60 g; Kw. tł. nasycone: 12.95 g; Sól: 5.23 g; Sód: 1134.13 mg; Błonnik: 27.77 g; W tym cukry: 36.01 g; WW: 31.24 Por; Potas: 2453.30 mg; Wapń: 223.60 mg; Fosfor: 756.10 mg; Żelazo: 8.63 mg; Magnez: 185.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09 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 żółty 40g (MLE), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Leczo warzywne z papryką i fasolą 300g (GLU, SEL), 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 (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2417.37 kcal; Białko ogółem: 71.83 g; Tłuszcz ogółem: 51.20 g; Węglowodany ogółem: 370.28 g; Kw. tł. nasycone: 15.07 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1735.55 mg; Błonnik: 53.76 g; W tym cukry: 81.12 g; WW: 37.10 Por; Potas: 4617.53 mg; Wapń: 1036.14 mg; Fosfor: 1310.23 mg; Żelazo: 14.44 mg; Magnez: 360.46 mg;

niedziela 2025-03-09 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), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (GLU, SEL), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (GLU), Kasza jęczmienna b/soli 200g (GLU), Marchewka duszona 100g (GLU), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.74 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz ogółem: 54.31 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; Kw. tł. nasycone: 12.91 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1108.12 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.31 mg;

niedziela 2025-03-09 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.budyń) 300ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	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) 250ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2549.97 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz ogółem: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; Kw. tł. nasycone: 25.20 g; Sól: 1.83 g; Sód: 568.98 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 101.63 g; WW: 30.99 Por; Potas: 4249.33 mg; Wapń: 903.41 mg; Fosfor: 1485.23 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 290.06 mg;

niedziela 2025-03-09 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), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (GLU, SEL), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (GLU), Kasza jęczmienna b/soli 200g (GLU), Marchewka duszona 100g (GLU), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.74 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz ogółem: 54.31 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; Kw. tł. nasycone: 12.91 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1108.12 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.31 mg;

niedziela 2025-03-09 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), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (GLU), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Marchewka duszona 100g (GLU), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2207.02 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz ogółem: 54.88 g; Węglowodany ogółem: 310.74 g; Kw. tł. nasycone: 12.08 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.31 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 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), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (GLU), 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 (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 30g (MLE), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2352.27 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz ogółem: 72.86 g; Węglowodany ogółem: 284.19 g; Kw. tł. nasycone: 20.55 g; Sól: 6.16 g; Sód: 1425.07 mg; Błonnik: 37.45 g; W tym cukry: 36.05 g; WW: 28.60 Por; Potas: 3179.19 mg; Wapń: 581.58 mg; Fosfor: 1265.91 mg; Żelazo: 11.68 mg; Magnez: 321.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka z indykiem 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/glu 300ml (SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1917.38 kcal; Białko ogółem: 58.25 g; Tłuszcz ogółem: 73.75 g; Węglowodany ogółem: 259.55 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 2.45 g; Sód: 251.95 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 32.64 g; WW: 26.07 Por; Potas: 2175.83 mg; Wapń: 191.19 mg; Fosfor: 549.56 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 124.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia i Choroby Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-09 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>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</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</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Papryka świeża 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 20g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2575.89 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz ogółem: 56.90 g; Węglowodany ogółem: 355.44 g; Kw. tł. nasycone: 15.52 g; Sól: 5.46 g; Sód: 1486.81 mg; Błonnik: 45.78 g; W tym cukry: 82.74 g; WW: 35.55 Por; Potas: 3583.16 mg; Wapń: 793.00 mg; Fosfor: 1318.49 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 311.23 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i> , <i>MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), 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 , Papryka świeża 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 10g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.52 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz ogółem: 51.79 g; Węglowodany ogółem: 304.72 g; Kw. tł. nasycone: 11.94 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1426.07 mg; Błonnik: 47.60 g; W tym cukry: 60.84 g; WW: 30.50 Por; Potas: 3718.39 mg; Wapń: 725.88 mg; Fosfor: 1358.97 mg; Żelazo: 13.29 mg; Magnez: 345.42 mg;

niedziela 2025-03-09 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 , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2302.03 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz ogółem: 56.36 g; Węglowodany ogółem: 319.63 g; Kw. tł. nasycone: 12.65 g; Sól: 5.62 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.71 g; WW: 32.22 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 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 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	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</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2188.75 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz ogółem: 55.91 g; Węglowodany ogółem: 301.09 g; Kw. tł. nasycone: 10.48 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.71 g; WW: 30.32 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 80g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią indyczą 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1981.48 kcal; Białko ogółem: 58.05 g; Tłuszcz ogółem: 54.73 g; Węglowodany ogółem: 270.72 g; Kw. tł. nasycone: 9.88 g; Sól: 2.47 g; Sód: 234.37 mg; Błonnik: 28.89 g; W tym cukry: 32.92 g; WW: 27.20 Por; Potas: 2051.54 mg; Wapń: 178.76 mg; Fosfor: 532.01 mg; Żelazo: 5.64 mg; Magnez: 134.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09			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 150g 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: 2178.22 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz ogółem: 61.88 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.02 g; Sól: 1.40 g; Sód: 490.26 mg; Błonnik: 17.31 g; W tym cukry: 93.21 g; WW: 30.91 Por; Potas: 4005.30 mg; Wapń: 692.71 mg; Fosfor: 1335.43 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 269.49 mg;

niedziela 2025-03-09			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 drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Rosół z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona (papka) 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna (papka) 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2195.37 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz ogółem: 47.29 g; Węglowodany ogółem: 307.89 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.81 g; Sód: 1167.12 mg; Błonnik: 29.63 g; W tym cukry: 42.59 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2714.32 mg; Wapń: 543.95 mg; Fosfor: 1069.91 mg; Żelazo: 8.90 mg; Magnez: 218.75 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2493.55 kcal; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz ogółem: 78.99 g; Węglowodany ogółem: 302.62 g; Kw. tł. nasycone: 26.05 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1347.51 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 48.97 g; WW: 30.44 Por; Potas: 2760.84 mg; Wapń: 538.16 mg; Fosfor: 1017.93 mg; Żelazo: 8.36 mg; Magnez: 209.12 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.41 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 50.51 g; Węglowodany ogółem: 289.65 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 5.22 g; Sód: 1087.41 mg; Błonnik: 22.52 g; W tym cukry: 42.60 g; WW: 29.10 Por; Potas: 2110.58 mg; Wapń: 438.18 mg; Fosfor: 856.71 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 170.90 mg;

niedziela 2025-03-09			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		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>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1991.41 kcal; Białko ogółem: 62.91 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 264.81 g; Kw. tł. nasycone: 9.14 g; Sól: 2.63 g; Sód: 251.95 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 32.73 g; WW: 26.57 Por; Potas: 2175.83 mg; Wapń: 191.19 mg; Fosfor: 549.56 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 124.93 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z białej fasoli 40g , Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kiwi 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.92 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz ogółem: 75.91 g; Węglowodany ogółem: 309.60 g; Kw. tł. nasycone: 12.95 g; Sól: 5.23 g; Sód: 1134.13 mg; Błonnik: 27.77 g; W tym cukry: 36.01 g; WW: 31.24 Por; Potas: 2453.30 mg; Wapń: 223.60 mg; Fosfor: 756.10 mg; Żelazo: 8.63 mg; Magnez: 185.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09 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 żółty 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Leczo warzywne z papryką i fasolą 300g (<i>GLU, SEL</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: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2417.37 kcal; Białko ogółem: 71.83 g; Tłuszcz ogółem: 51.20 g; Węglowodany ogółem: 370.28 g; Kw. tł. nasycone: 15.07 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1735.55 mg; Błonnik: 53.76 g; W tym cukry: 81.12 g; WW: 37.10 Por; Potas: 4617.53 mg; Wapń: 1036.14 mg; Fosfor: 1310.23 mg; Żelazo: 14.44 mg; Magnez: 360.46 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.74 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz ogółem: 54.31 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; Kw. tł. nasycone: 12.91 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1108.12 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.31 mg;

niedziela 2025-03-09 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.budyń) 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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 250ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2549.97 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz ogółem: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; Kw. tł. nasycone: 25.20 g; Sól: 1.83 g; Sód: 568.98 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 101.63 g; WW: 30.99 Por; Potas: 4249.33 mg; Wapń: 903.41 mg; Fosfor: 1485.23 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 290.06 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.74 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz ogółem: 54.31 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; Kw. tł. nasycone: 12.91 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1108.12 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.31 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	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>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2207.02 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz ogółem: 54.88 g; Węglowodany ogółem: 310.74 g; Kw. tł. nasycone: 12.08 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.31 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), 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 delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</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>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2352.27 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz ogółem: 72.86 g; Węglowodany ogółem: 284.19 g; Kw. tł. nasycone: 20.55 g; Sól: 6.16 g; Sód: 1425.07 mg; Błonnik: 37.45 g; W tym cukry: 36.05 g; WW: 28.60 Por; Potas: 3179.19 mg; Wapń: 581.58 mg; Fosfor: 1265.91 mg; Żelazo: 11.68 mg; Magnez: 321.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka z indykiem 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/glu 300ml (SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1917.38 kcal; Białko ogółem: 58.25 g; Tłuszcz ogółem: 73.75 g; Węglowodany ogółem: 259.55 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 2.45 g; Sód: 251.95 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 32.64 g; WW: 26.07 Por; Potas: 2175.83 mg; Wapń: 191.19 mg; Fosfor: 549.56 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 124.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Zawodowe i Wewnętrzne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-09 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>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</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</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Papryka świeża 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 20g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczerek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2575.89 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz ogółem: 56.90 g; Węglowodany ogółem: 355.44 g; Kw. tł. nasycone: 15.52 g; Sól: 5.46 g; Sód: 1486.81 mg; Błonnik: 45.78 g; W tym cukry: 82.74 g; WW: 35.55 Por; Potas: 3583.16 mg; Wapń: 793.00 mg; Fosfor: 1318.49 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 311.23 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i> , <i>MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), 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 , Papryka świeża 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 10g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczerek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.52 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz ogółem: 51.79 g; Węglowodany ogółem: 304.72 g; Kw. tł. nasycone: 11.94 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1426.07 mg; Błonnik: 47.60 g; W tym cukry: 60.84 g; WW: 30.50 Por; Potas: 3718.39 mg; Wapń: 725.88 mg; Fosfor: 1358.97 mg; Żelazo: 13.29 mg; Magnez: 345.42 mg;

niedziela 2025-03-09 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 , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2302.03 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz ogółem: 56.36 g; Węglowodany ogółem: 319.63 g; Kw. tł. nasycone: 12.65 g; Sól: 5.62 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.71 g; WW: 32.22 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 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 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	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</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2188.75 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz ogółem: 55.91 g; Węglowodany ogółem: 301.09 g; Kw. tł. nasycone: 10.48 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.71 g; WW: 30.32 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 80g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią indyczą 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1981.48 kcal; Białko ogółem: 58.05 g; Tłuszcz ogółem: 54.73 g; Węglowodany ogółem: 270.72 g; Kw. tł. nasycone: 9.88 g; Sól: 2.47 g; Sód: 234.37 mg; Błonnik: 28.89 g; W tym cukry: 32.92 g; WW: 27.20 Por; Potas: 2051.54 mg; Wapń: 178.76 mg; Fosfor: 532.01 mg; Żelazo: 5.64 mg; Magnez: 134.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyńni) 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 150g 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: 2178.22 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz ogółem: 61.88 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.02 g; Sól: 1.40 g; Sód: 490.26 mg; Błonnik: 17.31 g; W tym cukry: 93.21 g; WW: 30.91 Por; Potas: 4005.30 mg; Wapń: 692.71 mg; Fosfor: 1335.43 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 269.49 mg;

niedziela 2025-03-09			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 drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Rosół z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona (papka) 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna (papka) 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2195.37 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz ogółem: 47.29 g; Węglowodany ogółem: 307.89 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.81 g; Sód: 1167.12 mg; Błonnik: 29.63 g; W tym cukry: 42.59 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2714.32 mg; Wapń: 543.95 mg; Fosfor: 1069.91 mg; Żelazo: 8.90 mg; Magnez: 218.75 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2493.55 kcal; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz ogółem: 78.99 g; Węglowodany ogółem: 302.62 g; Kw. tł. nasycone: 26.05 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1347.51 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 48.97 g; WW: 30.44 Por; Potas: 2760.84 mg; Wapń: 538.16 mg; Fosfor: 1017.93 mg; Żelazo: 8.36 mg; Magnez: 209.12 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.41 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 50.51 g; Węglowodany ogółem: 289.65 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 5.22 g; Sód: 1087.41 mg; Błonnik: 22.52 g; W tym cukry: 42.60 g; WW: 29.10 Por; Potas: 2110.58 mg; Wapń: 438.18 mg; Fosfor: 856.71 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 170.90 mg;

niedziela 2025-03-09			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		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>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1991.41 kcal; Białko ogółem: 62.91 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 264.81 g; Kw. tł. nasycone: 9.14 g; Sól: 2.63 g; Sód: 251.95 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 32.73 g; WW: 26.57 Por; Potas: 2175.83 mg; Wapń: 191.19 mg; Fosfor: 549.56 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 124.93 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z białej fasoli 40g , Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica miodowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kiwi 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.92 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz ogółem: 75.91 g; Węglowodany ogółem: 309.60 g; Kw. tł. nasycone: 12.95 g; Sól: 5.23 g; Sód: 1134.13 mg; Błonnik: 27.77 g; W tym cukry: 36.01 g; WW: 31.24 Por; Potas: 2453.30 mg; Wapń: 223.60 mg; Fosfor: 756.10 mg; Żelazo: 8.63 mg; Magnez: 185.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09 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 żółty 40g (MLE), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Leczo warzywne z papryką i fasolą 300g (GLU, SEL), 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 (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2417.37 kcal; Białko ogółem: 71.83 g; Tłuszcz ogółem: 51.20 g; Węglowodany ogółem: 370.28 g; Kw. tł. nasycone: 15.07 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1735.55 mg; Błonnik: 53.76 g; W tym cukry: 81.12 g; WW: 37.10 Por; Potas: 4617.53 mg; Wapń: 1036.14 mg; Fosfor: 1310.23 mg; Żelazo: 14.44 mg; Magnez: 360.46 mg;

niedziela 2025-03-09 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), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (GLU, SEL), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (GLU), Kasza jęczmienna b/soli 200g (GLU), Marchewka duszona 100g (GLU), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.74 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz ogółem: 54.31 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; Kw. tł. nasycone: 12.91 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1108.12 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.31 mg;

niedziela 2025-03-09 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.budyń) 300ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	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) 250ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2549.97 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz ogółem: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; Kw. tł. nasycone: 25.20 g; Sól: 1.83 g; Sód: 568.98 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 101.63 g; WW: 30.99 Por; Potas: 4249.33 mg; Wapń: 903.41 mg; Fosfor: 1485.23 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 290.06 mg;

niedziela 2025-03-09 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), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (GLU, SEL), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (GLU), Kasza jęczmienna b/soli 200g (GLU), Marchewka duszona 100g (GLU), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.74 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz ogółem: 54.31 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; Kw. tł. nasycone: 12.91 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1108.12 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.31 mg;

niedziela 2025-03-09 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), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (GLU), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Marchewka duszona 100g (GLU), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2207.02 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz ogółem: 54.88 g; Węglowodany ogółem: 310.74 g; Kw. tł. nasycone: 12.08 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.31 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 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), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (GLU), 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 (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 30g (MLE), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2352.27 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz ogółem: 72.86 g; Węglowodany ogółem: 284.19 g; Kw. tł. nasycone: 20.55 g; Sól: 6.16 g; Sód: 1425.07 mg; Błonnik: 37.45 g; W tym cukry: 36.05 g; WW: 28.60 Por; Potas: 3179.19 mg; Wapń: 581.58 mg; Fosfor: 1265.91 mg; Żelazo: 11.68 mg; Magnez: 321.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka z indykiem 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/glu 300ml (SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1917.38 kcal; Białko ogółem: 58.25 g; Tłuszcz ogółem: 73.75 g; Węglowodany ogółem: 259.55 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 2.45 g; Sód: 251.95 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 32.64 g; WW: 26.07 Por; Potas: 2175.83 mg; Wapń: 191.19 mg; Fosfor: 549.56 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 124.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Med. Hiperbaryczna i Ratownictwo Morskie UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-09 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>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</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</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Papryka świeża 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 20g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2575.89 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz ogółem: 56.90 g; Węglowodany ogółem: 355.44 g; Kw. tł. nasycone: 15.52 g; Sól: 5.46 g; Sód: 1486.81 mg; Błonnik: 45.78 g; W tym cukry: 82.74 g; WW: 35.55 Por; Potas: 3583.16 mg; Wapń: 793.00 mg; Fosfor: 1318.49 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 311.23 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i> , <i>MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), 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 , Papryka świeża 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 10g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.52 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz ogółem: 51.79 g; Węglowodany ogółem: 304.72 g; Kw. tł. nasycone: 11.94 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1426.07 mg; Błonnik: 47.60 g; W tym cukry: 60.84 g; WW: 30.50 Por; Potas: 3718.39 mg; Wapń: 725.88 mg; Fosfor: 1358.97 mg; Żelazo: 13.29 mg; Magnez: 345.42 mg;

niedziela 2025-03-09 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 , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2302.03 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz ogółem: 56.36 g; Węglowodany ogółem: 319.63 g; Kw. tł. nasycone: 12.65 g; Sól: 5.62 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.71 g; WW: 32.22 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 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 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	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</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2188.75 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz ogółem: 55.91 g; Węglowodany ogółem: 301.09 g; Kw. tł. nasycone: 10.48 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.71 g; WW: 30.32 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 80g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią indyczą 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1981.48 kcal; Białko ogółem: 58.05 g; Tłuszcz ogółem: 54.73 g; Węglowodany ogółem: 270.72 g; Kw. tł. nasycone: 9.88 g; Sól: 2.47 g; Sód: 234.37 mg; Błonnik: 28.89 g; W tym cukry: 32.92 g; WW: 27.20 Por; Potas: 2051.54 mg; Wapń: 178.76 mg; Fosfor: 532.01 mg; Żelazo: 5.64 mg; Magnez: 134.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyńni) 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 150g 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: 2178.22 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz ogółem: 61.88 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.02 g; Sól: 1.40 g; Sód: 490.26 mg; Błonnik: 17.31 g; W tym cukry: 93.21 g; WW: 30.91 Por; Potas: 4005.30 mg; Wapń: 692.71 mg; Fosfor: 1335.43 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 269.49 mg;

niedziela 2025-03-09			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 drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Rosół z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona (papka) 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna (papka) 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2195.37 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz ogółem: 47.29 g; Węglowodany ogółem: 307.89 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.81 g; Sód: 1167.12 mg; Błonnik: 29.63 g; W tym cukry: 42.59 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2714.32 mg; Wapń: 543.95 mg; Fosfor: 1069.91 mg; Żelazo: 8.90 mg; Magnez: 218.75 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2493.55 kcal; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz ogółem: 78.99 g; Węglowodany ogółem: 302.62 g; Kw. tł. nasycone: 26.05 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1347.51 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 48.97 g; WW: 30.44 Por; Potas: 2760.84 mg; Wapń: 538.16 mg; Fosfor: 1017.93 mg; Żelazo: 8.36 mg; Magnez: 209.12 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.41 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 50.51 g; Węglowodany ogółem: 289.65 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 5.22 g; Sód: 1087.41 mg; Błonnik: 22.52 g; W tym cukry: 42.60 g; WW: 29.10 Por; Potas: 2110.58 mg; Wapń: 438.18 mg; Fosfor: 856.71 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 170.90 mg;

niedziela 2025-03-09			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		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>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1991.41 kcal; Białko ogółem: 62.91 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 264.81 g; Kw. tł. nasycone: 9.14 g; Sól: 2.63 g; Sód: 251.95 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 32.73 g; WW: 26.57 Por; Potas: 2175.83 mg; Wapń: 191.19 mg; Fosfor: 549.56 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 124.93 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z białej fasoli 40g , Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica miodowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kiwi 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.92 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz ogółem: 75.91 g; Węglowodany ogółem: 309.60 g; Kw. tł. nasycone: 12.95 g; Sól: 5.23 g; Sód: 1134.13 mg; Błonnik: 27.77 g; W tym cukry: 36.01 g; WW: 31.24 Por; Potas: 2453.30 mg; Wapń: 223.60 mg; Fosfor: 756.10 mg; Żelazo: 8.63 mg; Magnez: 185.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09 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 żółty 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Leczo warzywne z papryką i fasolą 300g (<i>GLU, SEL</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: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2417.37 kcal; Białko ogółem: 71.83 g; Tłuszcz ogółem: 51.20 g; Węglowodany ogółem: 370.28 g; Kw. tł. nasycone: 15.07 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1735.55 mg; Błonnik: 53.76 g; W tym cukry: 81.12 g; WW: 37.10 Por; Potas: 4617.53 mg; Wapń: 1036.14 mg; Fosfor: 1310.23 mg; Żelazo: 14.44 mg; Magnez: 360.46 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.74 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz ogółem: 54.31 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; Kw. tł. nasycone: 12.91 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1108.12 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.31 mg;

niedziela 2025-03-09 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.budyń) 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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 250ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2549.97 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz ogółem: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; Kw. tł. nasycone: 25.20 g; Sól: 1.83 g; Sód: 568.98 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 101.63 g; WW: 30.99 Por; Potas: 4249.33 mg; Wapń: 903.41 mg; Fosfor: 1485.23 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 290.06 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.74 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz ogółem: 54.31 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; Kw. tł. nasycone: 12.91 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1108.12 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.31 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	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>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2207.02 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz ogółem: 54.88 g; Węglowodany ogółem: 310.74 g; Kw. tł. nasycone: 12.08 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.31 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), 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 delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</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>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2352.27 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz ogółem: 72.86 g; Węglowodany ogółem: 284.19 g; Kw. tł. nasycone: 20.55 g; Sól: 6.16 g; Sód: 1425.07 mg; Błonnik: 37.45 g; W tym cukry: 36.05 g; WW: 28.60 Por; Potas: 3179.19 mg; Wapń: 581.58 mg; Fosfor: 1265.91 mg; Żelazo: 11.68 mg; Magnez: 321.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka z indykiem 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/glu 300ml (SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1917.38 kcal; Białko ogółem: 58.25 g; Tłuszcz ogółem: 73.75 g; Węglowodany ogółem: 259.55 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 2.45 g; Sód: 251.95 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 32.64 g; WW: 26.07 Por; Potas: 2175.83 mg; Wapń: 191.19 mg; Fosfor: 549.56 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 124.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Neurologia Planowa UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-09 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>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</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</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Papryka świeża 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 20g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2575.89 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz ogółem: 56.90 g; Węglowodany ogółem: 355.44 g; Kw. tł. nasycone: 15.52 g; Sól: 5.46 g; Sód: 1486.81 mg; Błonnik: 45.78 g; W tym cukry: 82.74 g; WW: 35.55 Por; Potas: 3583.16 mg; Wapń: 793.00 mg; Fosfor: 1318.49 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 311.23 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i> , <i>MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), 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 , Papryka świeża 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 10g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.52 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz ogółem: 51.79 g; Węglowodany ogółem: 304.72 g; Kw. tł. nasycone: 11.94 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1426.07 mg; Błonnik: 47.60 g; W tym cukry: 60.84 g; WW: 30.50 Por; Potas: 3718.39 mg; Wapń: 725.88 mg; Fosfor: 1358.97 mg; Żelazo: 13.29 mg; Magnez: 345.42 mg;

niedziela 2025-03-09 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 , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Salatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2302.03 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz ogółem: 56.36 g; Węglowodany ogółem: 319.63 g; Kw. tł. nasycone: 12.65 g; Sól: 5.62 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.71 g; WW: 32.22 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 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 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Salatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	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</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2188.75 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz ogółem: 55.91 g; Węglowodany ogółem: 301.09 g; Kw. tł. nasycone: 10.48 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.71 g; WW: 30.32 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 80g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią indyczą 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1981.48 kcal; Białko ogółem: 58.05 g; Tłuszcz ogółem: 54.73 g; Węglowodany ogółem: 270.72 g; Kw. tł. nasycone: 9.88 g; Sól: 2.47 g; Sód: 234.37 mg; Błonnik: 28.89 g; W tym cukry: 32.92 g; WW: 27.20 Por; Potas: 2051.54 mg; Wapń: 178.76 mg; Fosfor: 532.01 mg; Żelazo: 5.64 mg; Magnez: 134.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09			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 150g 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: 2178.22 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz ogółem: 61.88 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.02 g; Sól: 1.40 g; Sód: 490.26 mg; Błonnik: 17.31 g; W tym cukry: 93.21 g; WW: 30.91 Por; Potas: 4005.30 mg; Wapń: 692.71 mg; Fosfor: 1335.43 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 269.49 mg;

niedziela 2025-03-09			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 drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Rosół z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona (papka) 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna (papka) 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2195.37 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz ogółem: 47.29 g; Węglowodany ogółem: 307.89 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.81 g; Sód: 1167.12 mg; Błonnik: 29.63 g; W tym cukry: 42.59 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2714.32 mg; Wapń: 543.95 mg; Fosfor: 1069.91 mg; Żelazo: 8.90 mg; Magnez: 218.75 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2493.55 kcal; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz ogółem: 78.99 g; Węglowodany ogółem: 302.62 g; Kw. tł. nasycone: 26.05 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1347.51 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 48.97 g; WW: 30.44 Por; Potas: 2760.84 mg; Wapń: 538.16 mg; Fosfor: 1017.93 mg; Żelazo: 8.36 mg; Magnez: 209.12 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.41 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 50.51 g; Węglowodany ogółem: 289.65 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 5.22 g; Sód: 1087.41 mg; Błonnik: 22.52 g; W tym cukry: 42.60 g; WW: 29.10 Por; Potas: 2110.58 mg; Wapń: 438.18 mg; Fosfor: 856.71 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 170.90 mg;

niedziela 2025-03-09			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		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>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1991.41 kcal; Białko ogółem: 62.91 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 264.81 g; Kw. tł. nasycone: 9.14 g; Sól: 2.63 g; Sód: 251.95 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 32.73 g; WW: 26.57 Por; Potas: 2175.83 mg; Wapń: 191.19 mg; Fosfor: 549.56 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 124.93 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z białej fasoli 40g , Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica miodowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kiwi 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.92 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz ogółem: 75.91 g; Węglowodany ogółem: 309.60 g; Kw. tł. nasycone: 12.95 g; Sól: 5.23 g; Sód: 1134.13 mg; Błonnik: 27.77 g; W tym cukry: 36.01 g; WW: 31.24 Por; Potas: 2453.30 mg; Wapń: 223.60 mg; Fosfor: 756.10 mg; Żelazo: 8.63 mg; Magnez: 185.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka z indykiem 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/glu 300ml (SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1917.38 kcal; Białko ogółem: 58.25 g; Tłuszcz ogółem: 73.75 g; Węglowodany ogółem: 259.55 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 2.45 g; Sód: 251.95 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 32.64 g; WW: 26.07 Por; Potas: 2175.83 mg; Wapń: 191.19 mg; Fosfor: 549.56 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 124.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Izba Przyjęć UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-09 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>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</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</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Papryka świeża 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 20g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2575.89 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz ogółem: 56.90 g; Węglowodany ogółem: 355.44 g; Kw. tł. nasycone: 15.52 g; Sól: 5.46 g; Sód: 1486.81 mg; Błonnik: 45.78 g; W tym cukry: 82.74 g; WW: 35.55 Por; Potas: 3583.16 mg; Wapń: 793.00 mg; Fosfor: 1318.49 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 311.23 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i> , <i>MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), 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 , Papryka świeża 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 10g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Pomarańcza 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.52 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz ogółem: 51.79 g; Węglowodany ogółem: 304.72 g; Kw. tł. nasycone: 11.94 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1426.07 mg; Błonnik: 47.60 g; W tym cukry: 60.84 g; WW: 30.50 Por; Potas: 3718.39 mg; Wapń: 725.88 mg; Fosfor: 1358.97 mg; Żelazo: 13.29 mg; Magnez: 345.42 mg;

niedziela 2025-03-09 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 , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2302.03 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz ogółem: 56.36 g; Węglowodany ogółem: 319.63 g; Kw. tł. nasycone: 12.65 g; Sól: 5.62 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.71 g; WW: 32.22 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 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 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	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</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2188.75 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz ogółem: 55.91 g; Węglowodany ogółem: 301.09 g; Kw. tł. nasycone: 10.48 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.71 g; WW: 30.32 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 80g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią indyczą 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1981.48 kcal; Białko ogółem: 58.05 g; Tłuszcz ogółem: 54.73 g; Węglowodany ogółem: 270.72 g; Kw. tł. nasycone: 9.88 g; Sól: 2.47 g; Sód: 234.37 mg; Błonnik: 28.89 g; W tym cukry: 32.92 g; WW: 27.20 Por; Potas: 2051.54 mg; Wapń: 178.76 mg; Fosfor: 532.01 mg; Żelazo: 5.64 mg; Magnez: 134.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyńni) 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 150g 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: 2178.22 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz ogółem: 61.88 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.02 g; Sól: 1.40 g; Sód: 490.26 mg; Błonnik: 17.31 g; W tym cukry: 93.21 g; WW: 30.91 Por; Potas: 4005.30 mg; Wapń: 692.71 mg; Fosfor: 1335.43 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 269.49 mg;

niedziela 2025-03-09			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 drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Rosół z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona (papka) 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna (papka) 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2195.37 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz ogółem: 47.29 g; Węglowodany ogółem: 307.89 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 3.81 g; Sód: 1167.12 mg; Błonnik: 29.63 g; W tym cukry: 42.59 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2714.32 mg; Wapń: 543.95 mg; Fosfor: 1069.91 mg; Żelazo: 8.90 mg; Magnez: 218.75 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2493.55 kcal; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz ogółem: 78.99 g; Węglowodany ogółem: 302.62 g; Kw. tł. nasycone: 26.05 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1347.51 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 48.97 g; WW: 30.44 Por; Potas: 2760.84 mg; Wapń: 538.16 mg; Fosfor: 1017.93 mg; Żelazo: 8.36 mg; Magnez: 209.12 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.41 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz ogółem: 50.51 g; Węglowodany ogółem: 289.65 g; Kw. tł. nasycone: 10.58 g; Sól: 5.22 g; Sód: 1087.41 mg; Błonnik: 22.52 g; W tym cukry: 42.60 g; WW: 29.10 Por; Potas: 2110.58 mg; Wapń: 438.18 mg; Fosfor: 856.71 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 170.90 mg;

niedziela 2025-03-09			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		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>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1991.41 kcal; Białko ogółem: 62.91 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 264.81 g; Kw. tł. nasycone: 9.14 g; Sól: 2.63 g; Sód: 251.95 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 32.73 g; WW: 26.57 Por; Potas: 2175.83 mg; Wapń: 191.19 mg; Fosfor: 549.56 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 124.93 mg;

niedziela 2025-03-09			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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z białej fasoli 40g , Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica miodowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kiwi 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2278.92 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz ogółem: 75.91 g; Węglowodany ogółem: 309.60 g; Kw. tł. nasycone: 12.95 g; Sól: 5.23 g; Sód: 1134.13 mg; Błonnik: 27.77 g; W tym cukry: 36.01 g; WW: 31.24 Por; Potas: 2453.30 mg; Wapń: 223.60 mg; Fosfor: 756.10 mg; Żelazo: 8.63 mg; Magnez: 185.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09 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 żółty 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Leczo warzywne z papryką i fasolą 300g (<i>GLU, SEL</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: Koktajl warzywny 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2417.37 kcal; Białko ogółem: 71.83 g; Tłuszcz ogółem: 51.20 g; Węglowodany ogółem: 370.28 g; Kw. tł. nasycone: 15.07 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1735.55 mg; Błonnik: 53.76 g; W tym cukry: 81.12 g; WW: 37.10 Por; Potas: 4617.53 mg; Wapń: 1036.14 mg; Fosfor: 1310.23 mg; Żelazo: 14.44 mg; Magnez: 360.46 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.74 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz ogółem: 54.31 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; Kw. tł. nasycone: 12.91 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1108.12 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.31 mg;

niedziela 2025-03-09 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.budyń) 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 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 250ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2549.97 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz ogółem: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; Kw. tł. nasycone: 25.20 g; Sól: 1.83 g; Sód: 568.98 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 101.63 g; WW: 30.99 Por; Potas: 4249.33 mg; Wapń: 903.41 mg; Fosfor: 1485.23 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 290.06 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.74 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz ogółem: 54.31 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; Kw. tł. nasycone: 12.91 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1108.12 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.31 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	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>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2207.02 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz ogółem: 54.88 g; Węglowodany ogółem: 310.74 g; Kw. tł. nasycone: 12.08 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1109.91 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 47.65 g; WW: 31.31 Por; Potas: 2721.24 mg; Wapń: 505.16 mg; Fosfor: 944.13 mg; Żelazo: 8.24 mg; Magnez: 204.32 mg;

niedziela 2025-03-09 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>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), 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 delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</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>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2352.27 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz ogółem: 72.86 g; Węglowodany ogółem: 284.19 g; Kw. tł. nasycone: 20.55 g; Sól: 6.16 g; Sód: 1425.07 mg; Błonnik: 37.45 g; W tym cukry: 36.05 g; WW: 28.60 Por; Potas: 3179.19 mg; Wapń: 581.58 mg; Fosfor: 1265.91 mg; Żelazo: 11.68 mg; Magnez: 321.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka z indykiem 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	Rosół z makaronem b/glu 300ml (SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1917.38 kcal; Białko ogółem: 58.25 g; Tłuszcz ogółem: 73.75 g; Węglowodany ogółem: 259.55 g; Kw. tł. nasycone: 12.85 g; Sól: 2.45 g; Sód: 251.95 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 32.64 g; WW: 26.07 Por; Potas: 2175.83 mg; Wapń: 191.19 mg; Fosfor: 549.56 mg; Żelazo: 5.57 mg; Magnez: 124.93 mg;