

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-07-28Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż brązowy na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Mus z truskawek 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 jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 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>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2306.91 kcal; Białko ogółem: 67.89 g; Tłuszcz ogółem: 51.73 g; Węglowodany ogółem: 346.12 g; Kw. tł. nasycone: 16.57 g; Sól: 6.11 g; Sód: 1753.00 mg; Błonnik: 36.91 g; W tym cukry: 59.33 g; WW: 34.70 Por; Potas: 3063.34 mg; Wapń: 734.56 mg; Fosfor: 1294.88 mg; Żelazo: 10.39 mg; Magnez: 367.65 mg;

poniedziałek 2025-07-28Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż brązowy na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Mus z truskawek 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 jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Salatką ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2099.84 kcal; Białko ogółem: 69.11 g; Tłuszcz ogółem: 50.38 g; Węglowodany ogółem: 311.32 g; Kw. tł. nasycone: 14.44 g; Sól: 6.13 g; Sód: 1795.80 mg; Błonnik: 38.31 g; W tym cukry: 35.67 g; WW: 31.20 Por; Potas: 3129.94 mg; Wapń: 739.36 mg; Fosfor: 1378.88 mg; Żelazo: 11.39 mg; Magnez: 400.65 mg;

poniedziałek 2025-07-28Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Mus z truskawek 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2200.44 kcal; Białko ogółem: 62.26 g; Tłuszcz ogółem: 45.49 g; Węglowodany ogółem: 349.98 g; Kw. tł. nasycone: 11.53 g; Sól: 6.72 g; Sód: 1723.79 mg; Błonnik: 17.02 g; W tym cukry: 46.47 g; WW: 35.11 Por; Potas: 2304.55 mg; Wapń: 432.42 mg; Fosfor: 812.23 mg; Żelazo: 7.30 mg; Magnez: 210.40 mg;

poniedziałek 2025-07-28Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Mus z truskawek 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2096.04 kcal; Białko ogółem: 63.30 g; Tłuszcz ogółem: 45.17 g; Węglowodany ogółem: 340.20 g; Kw. tł. nasycone: 9.38 g; Sól: 6.71 g; Sód: 1723.79 mg; Błonnik: 17.02 g; W tym cukry: 46.47 g; WW: 34.11 Por; Potas: 2304.55 mg; Wapń: 432.42 mg; Fosfor: 812.23 mg; Żelazo: 7.30 mg; Magnez: 210.40 mg;

poniedziałek 2025-07-28Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2158.44 kcal; Białko ogółem: 47.66 g; Tłuszcz ogółem: 52.09 g; Węglowodany ogółem: 334.58 g; Kw. tł. nasycone: 11.99 g; Sól: 4.83 g; Sód: 965.79 mg; Błonnik: 20.82 g; W tym cukry: 44.07 g; WW: 33.51 Por; Potas: 2080.55 mg; Wapń: 402.42 mg; Fosfor: 664.23 mg; Żelazo: 5.10 mg; Magnez: 174.40 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-28			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, MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, MLE, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Podwieczorek: Ryż na mleku z jabłkiem (mix o g.budyiniu) 300g (S02),		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2705.11 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz ogółem: 71.38 g; Węglowodany ogółem: 391.58 g; Kw. tł. nasycone: 24.15 g; Sól: 1.31 g; Sód: 451.58 mg; Błonnik: 23.74 g; W tym cukry: 57.55 g; WW: 39.52 Por; Potas: 3997.85 mg; Wapń: 572.81 mg; Fosfor: 1370.53 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 294.66 mg;

poniedziałek 2025-07-28			Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny z zieleniną 40g (SOJ, MLE, SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż na mleku roślinnym 200ml , Jogurt naturalny 100ml (MLE), Mus z truskawek 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Jabłko gotowane (papką) 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1662.47 kcal; Białko ogółem: 52.82 g; Tłuszcz ogółem: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 267.25 g; Kw. tł. nasycone: 10.61 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1619.60 mg; Błonnik: 18.84 g; W tym cukry: 53.27 g; WW: 26.89 Por; Potas: 2150.97 mg; Wapń: 443.81 mg; Fosfor: 623.36 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 191.76 mg;

poniedziałek 2025-07-28			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Kielbasa krakowska 60g (GLU, SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (MLE), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2428.21 kcal; Białko ogółem: 70.79 g; Tłuszcz ogółem: 70.65 g; Węglowodany ogółem: 341.88 g; Kw. tł. nasycone: 25.37 g; Sól: 7.38 g; Sód: 1961.40 mg; Błonnik: 17.02 g; W tym cukry: 47.73 g; WW: 34.24 Por; Potas: 2344.94 mg; Wapń: 465.55 mg; Fosfor: 886.13 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 215.23 mg;

poniedziałek 2025-07-28			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska 60g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 50g , Dżem szt - 25g 1szt ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (MLE), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 150g , Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.38 kcal; Białko ogółem: 61.29 g; Tłuszcz ogółem: 43.18 g; Węglowodany ogółem: 327.67 g; Kw. tł. nasycone: 9.70 g; Sól: 4.89 g; Sód: 991.50 mg; Błonnik: 15.79 g; W tym cukry: 46.00 g; WW: 32.83 Por; Potas: 2151.72 mg; Wapń: 410.45 mg; Fosfor: 760.12 mg; Żelazo: 6.73 mg; Magnez: 162.53 mg;

poniedziałek 2025-07-28			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (MLE), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1864.12 kcal; Białko ogółem: 43.36 g; Tłuszcz ogółem: 38.99 g; Węglowodany ogółem: 296.01 g; Kw. tł. nasycone: 8.25 g; Sól: 3.91 g; Sód: 871.79 mg; Błonnik: 20.30 g; W tym cukry: 26.27 g; WW: 29.68 Por; Potas: 1722.45 mg; Wapń: 126.82 mg; Fosfor: 410.23 mg; Żelazo: 4.74 mg; Magnez: 141.80 mg;

poniedziałek 2025-07-28			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Kielbasa krakowska 60g (GLU, SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż na mleku roślinnym 300ml , Mus z truskawek 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Połędwica sopocka wieprzowa 30g (SOJ, MLE), Salata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1929.34 kcal; Białko ogółem: 52.03 g; Tłuszcz ogółem: 63.67 g; Węglowodany ogółem: 303.09 g; Kw. tł. nasycone: 12.07 g; Sól: 8.68 g; Sód: 1740.79 mg; Błonnik: 16.64 g; W tym cukry: 29.48 g; WW: 30.55 Por; Potas: 1941.67 mg; Wapń: 160.19 mg; Fosfor: 506.23 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 177.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-28			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 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż brązowy na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,	
		Herbata b/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 z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2188.88 kcal; Białko ogółem: 69.20 g; Tłuszcz ogółem: 52.83 g; Węglowodany ogółem: 327.78 g; Kw. tł. nasycone: 20.29 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1675.58 mg; Błonnik: 33.13 g; W tym cukry: 51.49 g; WW: 32.83 Por; Potas: 2735.84 mg; Wapń: 957.60 mg; Fosfor: 1393.48 mg; Żelazo: 9.33 mg; Magnez: 348.53 mg;

poniedziałek 2025-07-28			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Płynna śniadaniowa b/ml z mięsem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa b/ml z mięsem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,		Podwieczorek: Ryż z jabłkiem na mleku roślinnym b/ml (mix g.budyń) 200g ,	
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1415.04 kcal; Białko ogółem: 53.22 g; Tłuszcz ogółem: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 216.50 g; Kw. tł. nasycone: 3.25 g; Sól: 0.54 g; Sód: 188.55 mg; Błonnik: 15.21 g; W tym cukry: 39.54 g; WW: 21.78 Por; Potas: 2155.69 mg; Wapń: 98.49 mg; Fosfor: 668.25 mg; Żelazo: 4.47 mg; Magnez: 141.81 mg;

poniedziałek 2025-07-28			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Salata maslowa 10g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2214.44 kcal; Białko ogółem: 62.62 g; Tłuszcz ogółem: 45.67 g; Węglowodany ogółem: 353.58 g; Kw. tł. nasycone: 11.57 g; Sól: 4.99 g; Sód: 1031.19 mg; Błonnik: 18.24 g; W tym cukry: 50.03 g; WW: 35.45 Por; Potas: 2570.75 mg; Wapń: 430.02 mg; Fosfor: 814.63 mg; Żelazo: 7.64 mg; Magnez: 178.80 mg;

poniedziałek 2025-07-28			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Marchewka gotowana na parze 100g , Salata maslowa 10g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2077.01 kcal; Białko ogółem: 63.90 g; Tłuszcz ogółem: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 347.00 g; Kw. tł. nasycone: 10.01 g; Sól: 4.14 g; Sód: 1100.79 mg; Błonnik: 20.64 g; W tym cukry: 51.99 g; WW: 34.83 Por; Potas: 2505.95 mg; Wapń: 454.02 mg; Fosfor: 820.63 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 184.80 mg;

poniedziałek 2025-07-28			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 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż brązowy na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml , Mus z truskawek 100g ,	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2146.48 kcal; Białko ogółem: 75.26 g; Tłuszcz ogółem: 53.46 g; Węglowodany ogółem: 308.09 g; Kw. tł. nasycone: 14.48 g; Sól: 8.44 g; Sód: 2458.48 mg; Błonnik: 35.82 g; W tym cukry: 32.85 g; WW: 30.94 Por; Potas: 3046.44 mg; Wapń: 739.06 mg; Fosfor: 1355.92 mg; Żelazo: 11.50 mg; Magnez: 433.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-28		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ , MLE , SEL , GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ , GOR), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 10g , Polędwica miodowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1871.50 kcal; Białko ogółem: 38.24 g; Tłuszcz ogółem: 61.07 g; Węglowodany ogółem: 304.38 g; Kw. tł. nasycone: 13.07 g; Sól: 5.04 g; Sód: 872.57 mg; Błonnik: 21.68 g; W tym cukry: 27.00 g; WW: 30.64 Por; Potas: 1748.45 mg; Wapń: 131.49 mg; Fosfor: 414.33 mg; Żelazo: 4.87 mg; Magnez: 143.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , 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 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Mus owocowy 100g 100g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2394.08 kcal; Białko ogółem: 82.22 g; Tłuszcz ogółem: 57.20 g; Węglowodany ogółem: 333.42 g; Kw. tł. nasycone: 21.90 g; Sól: 6.19 g; Sód: 1971.68 mg; Błonnik: 35.89 g; W tym cukry: 75.89 g; WW: 33.33 Por; Potas: 3051.83 mg; Wapń: 257.65 mg; Fosfor: 1161.75 mg; Żelazo: 12.39 mg; Magnez: 397.63 mg;

wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 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>), Cykoria 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2091.38 kcal; Białko ogółem: 78.93 g; Tłuszcz ogółem: 52.57 g; Węglowodany ogółem: 284.78 g; Kw. tł. nasycone: 19.03 g; Sól: 6.18 g; Sód: 1994.73 mg; Błonnik: 35.67 g; W tym cukry: 63.83 g; WW: 28.51 Por; Potas: 3502.73 mg; Wapń: 522.95 mg; Fosfor: 1468.75 mg; Żelazo: 13.60 mg; Magnez: 452.73 mg;

wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Banan 1szt ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskvity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2612.76 kcal; Białko ogółem: 89.50 g; Tłuszcz ogółem: 61.09 g; Węglowodany ogółem: 367.15 g; Kw. tł. nasycone: 25.76 g; Sól: 6.91 g; Sód: 2108.20 mg; Błonnik: 25.57 g; W tym cukry: 89.20 g; WW: 36.95 Por; Potas: 3257.87 mg; Wapń: 263.79 mg; Fosfor: 1000.79 mg; Żelazo: 10.64 mg; Magnez: 412.13 mg;

wtorek 2025-07-29 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>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Cykoria 10g , Banan 1szt ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskvity 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2545.26 kcal; Białko ogółem: 91.50 g; Tłuszcz ogółem: 61.20 g; Węglowodany ogółem: 357.37 g; Kw. tł. nasycone: 23.61 g; Sól: 6.94 g; Sód: 2108.20 mg; Błonnik: 25.78 g; W tym cukry: 89.20 g; WW: 35.95 Por; Potas: 3257.87 mg; Wapń: 263.79 mg; Fosfor: 1000.79 mg; Żelazo: 10.64 mg; Magnez: 412.13 mg;

wtorek 2025-07-29 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskvity 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.74 kcal; Białko ogółem: 57.08 g; Tłuszcz ogółem: 52.81 g; Węglowodany ogółem: 314.40 g; Kw. tł. nasycone: 17.64 g; Sól: 4.10 g; Sód: 1156.75 mg; Błonnik: 27.17 g; W tym cukry: 73.68 g; WW: 31.60 Por; Potas: 3020.67 mg; Wapń: 222.79 mg; Fosfor: 828.19 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 374.53 mg;

wtorek 2025-07-29 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, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

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: 2411.29 kcal; Białko ogółem: 107.15 g; Tłuszcz ogółem: 74.71 g; Węglowodany ogółem: 307.27 g; Kw. tł. nasycone: 25.26 g; Sól: 1.69 g; Sód: 577.01 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 99.32 g; WW: 30.99 Por; Potas: 4131.45 mg; Wapń: 915.34 mg; Fosfor: 1643.91 mg; Żelazo: 7.72 mg; Magnez: 333.19 mg;

wtorek 2025-07-29 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 zieleciną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami (papka) 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) mix 180g (<i>GLU, SEL</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>), Cukinia duszona na ciepło puree 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2043.95 kcal; Białko ogółem: 78.45 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 297.17 g; Kw. tł. nasycone: 20.01 g; Sól: 4.57 g; Sód: 1300.82 mg; Błonnik: 21.89 g; W tym cukry: 39.92 g; WW: 29.81 Por; Potas: 2296.87 mg; Wapń: 218.81 mg; Fosfor: 947.13 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 310.86 mg;

wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkoptry 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2841.01 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz ogółem: 74.40 g; Węglowodany ogółem: 371.96 g; Kw. tł. nasycone: 31.82 g; Sól: 6.84 g; Sód: 2251.88 mg; Błonnik: 26.59 g; W tym cukry: 95.59 g; WW: 37.41 Por; Potas: 3338.87 mg; Wapń: 331.19 mg; Fosfor: 1161.59 mg; Żelazo: 10.80 mg; Magnez: 419.13 mg;

wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Pomidor b/skóry 50g , Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkoptry 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2245.46 kcal; Białko ogółem: 76.60 g; Tłuszcz ogółem: 49.25 g; Węglowodany ogółem: 305.11 g; Kw. tł. nasycone: 20.39 g; Sól: 4.84 g; Sód: 1266.51 mg; Błonnik: 20.52 g; W tym cukry: 65.92 g; WW: 30.69 Por; Potas: 2964.25 mg; Wapń: 196.63 mg; Fosfor: 954.25 mg; Żelazo: 9.25 mg; Magnez: 353.01 mg;

wtorek 2025-07-29 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 miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Cykoria 10g , Banan 1szt ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) b/glu 180g (<i>SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2305.08 kcal; Białko ogółem: 60.63 g; Tłuszcz ogółem: 62.83 g; Węglowodany ogółem: 330.64 g; Kw. tł. nasycone: 23.06 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1298.70 mg; Błonnik: 25.46 g; W tym cukry: 81.54 g; WW: 33.19 Por; Potas: 2864.47 mg; Wapń: 406.19 mg; Fosfor: 976.34 mg; Żelazo: 8.25 mg; Magnez: 374.93 mg;

wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/ml 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z białej fasoli 60g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2146.07 kcal; Białko ogółem: 72.23 g; Tłuszcz ogółem: 50.18 g; Węglowodany ogółem: 336.33 g; Kw. tł. nasycone: 11.53 g; Sól: 7.20 g; Sód: 1892.47 mg; Błonnik: 28.32 g; W tym cukry: 76.01 g; WW: 33.94 Por; Potas: 3330.06 mg; Wapń: 239.41 mg; Fosfor: 989.10 mg; Żelazo: 11.40 mg; Magnez: 428.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-07-29			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek świeży 100g , Cykoria 10g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2320.81 kcal; Białko ogółem: 65.66 g; Tłuszcz ogółem: 64.23 g; Węglowodany ogółem: 300.99 g; Kw. tł. nasycone: 25.08 g; Sól: 6.00 g; Sód: 1699.53 mg; Błonnik: 32.97 g; W tym cukry: 58.09 g; WW: 30.20 Por; Potas: 2332.25 mg; Wapń: 233.39 mg; Fosfor: 881.30 mg; Żelazo: 9.94 mg; Magnez: 335.51 mg;

wtorek 2025-07-29			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
Płynna kolacyjna b/ml (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Budyń na mleku roślinnym b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1957.53 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz ogółem: 48.68 g; Węglowodany ogółem: 290.22 g; Kw. tł. nasycone: 4.09 g; Sól: 1.00 g; Sód: 387.06 mg; Błonnik: 19.76 g; W tym cukry: 80.60 g; WW: 29.31 Por; Potas: 3891.07 mg; Wapń: 163.08 mg; Fosfor: 1195.53 mg; Żelazo: 6.58 mg; Magnez: 257.44 mg;

wtorek 2025-07-29			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Cykoria 10g , Banan 1szt ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2653.56 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Tłuszcz ogółem: 61.85 g; Węglowodany ogółem: 367.02 g; Kw. tł. nasycone: 25.95 g; Sól: 6.98 g; Sód: 2122.95 mg; Błonnik: 26.15 g; W tym cukry: 90.51 g; WW: 36.93 Por; Potas: 3269.07 mg; Wapń: 286.19 mg; Fosfor: 1014.49 mg; Żelazo: 10.68 mg; Magnez: 414.02 mg;

wtorek 2025-07-29			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twarożek z koperkiem 40g (<i>MLE</i>), Cykoria 10g , Banan 1szt ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2518.30 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz ogółem: 61.85 g; Węglowodany ogółem: 348.38 g; Kw. tł. nasycone: 25.95 g; Sól: 6.50 g; Sód: 2122.56 mg; Błonnik: 25.92 g; W tym cukry: 90.11 g; WW: 35.06 Por; Potas: 3309.87 mg; Wapń: 296.43 mg; Fosfor: 1075.47 mg; Żelazo: 10.81 mg; Magnez: 415.57 mg;

wtorek 2025-07-29			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Cykoria 10g , Ogórek świeży 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 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>), Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
			Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jablko 1szt ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2241.54 kcal; Białko ogółem: 88.98 g; Tłuszcz ogółem: 60.55 g; Węglowodany ogółem: 293.83 g; Kw. tł. nasycone: 24.26 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2049.32 mg; Błonnik: 34.94 g; W tym cukry: 71.52 g; WW: 29.45 Por; Potas: 3611.32 mg; Wapń: 561.88 mg; Fosfor: 1489.03 mg; Żelazo: 13.81 mg; Magnez: 463.47 mg;

wtorek 2025-07-29			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica miodowa drobiowa 50g , Miód sztukowy 25g 1szt , Cykoria 10g , Banan 1szt ,			Zupa krupnik ryżowy b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) b/glu 180g (<i>SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g ,			Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z białej fasoli 60g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jablko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.96 kcal; Białko ogółem: 48.09 g; Tłuszcz ogółem: 63.82 g; Węglowodany ogółem: 321.89 g; Kw. tł. nasycone: 13.86 g; Sól: 4.79 g; Sód: 992.67 mg; Błonnik: 29.95 g; W tym cukry: 77.29 g; WW: 32.40 Por; Potas: 2585.61 mg; Wapń: 179.91 mg; Fosfor: 734.75 mg; Żelazo: 7.93 mg; Magnez: 349.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszonej kapusty z kielbasą 250g (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn 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 ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 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>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2142.54 kcal; Białko ogółem: 81.13 g; Tłuszcz ogółem: 52.40 g; Węglowodany ogółem: 277.87 g; Kw. tł. nasycone: 14.96 g; Sól: 6.81 g; Sód: 2023.43 mg; Błonnik: 32.86 g; W tym cukry: 77.52 g; WW: 27.77 Por; Potas: 2760.88 mg; Wapń: 714.90 mg; Fosfor: 1093.79 mg; Żelazo: 9.13 mg; Magnez: 254.22 mg;

środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszonej kapusty z kielbasą 250g (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn 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 ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g , Jogurt naturalny 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>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1869.34 kcal; Białko ogółem: 77.37 g; Tłuszcz ogółem: 48.18 g; Węglowodany ogółem: 244.77 g; Kw. tł. nasycone: 11.07 g; Sól: 6.70 g; Sód: 2009.23 mg; Błonnik: 34.26 g; W tym cukry: 47.71 g; WW: 24.47 Por; Potas: 2644.48 mg; Wapń: 565.20 mg; Fosfor: 1066.79 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 272.22 mg;

środa 2025-07-30 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 , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Rukola 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.64 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz ogółem: 53.59 g; Węglowodany ogółem: 308.94 g; Kw. tł. nasycone: 13.50 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1128.71 mg; Błonnik: 25.56 g; W tym cukry: 67.57 g; WW: 31.23 Por; Potas: 3679.37 mg; Wapń: 528.53 mg; Fosfor: 916.42 mg; Żelazo: 9.29 mg; Magnez: 221.97 mg;

środa 2025-07-30 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 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Rukola 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2072.54 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz ogółem: 52.43 g; Węglowodany ogółem: 289.47 g; Kw. tł. nasycone: 11.05 g; Sól: 5.05 g; Sód: 1121.11 mg; Błonnik: 25.56 g; W tym cukry: 57.84 g; WW: 29.23 Por; Potas: 3679.17 mg; Wapń: 503.43 mg; Fosfor: 931.42 mg; Żelazo: 9.29 mg; Magnez: 221.97 mg;

środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Rukola 10g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1967.87 kcal; Białko ogółem: 64.46 g; Tłuszcz ogółem: 57.63 g; Węglowodany ogółem: 262.29 g; Kw. tł. nasycone: 12.62 g; Sól: 3.05 g; Sód: 324.61 mg; Błonnik: 28.39 g; W tym cukry: 37.59 g; WW: 26.53 Por; Potas: 3106.67 mg; Wapń: 348.93 mg; Fosfor: 651.92 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 169.97 mg;

środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Arbuz 150g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2078.77 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; Tłuszcz ogółem: 57.24 g; Węglowodany ogółem: 301.20 g; Kw. tł. nasycone: 16.33 g; Sól: 1.48 g; Sód: 550.41 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 101.41 g; WW: 30.33 Por; Potas: 4262.15 mg; Wapń: 824.26 mg; Fosfor: 1459.93 mg; Żelazo: 6.67 mg; Magnez: 284.09 mg;

środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze (papka) 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki (papka) 200g , 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 z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2047.17 kcal; Białko ogółem: 85.05 g; Tłuszcz ogółem: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 278.80 g; Kw. tł. nasycone: 14.33 g; Sól: 5.56 g; Sód: 1129.71 mg; Błonnik: 23.92 g; W tym cukry: 47.48 g; WW: 28.24 Por; Potas: 3359.08 mg; Wapń: 652.01 mg; Fosfor: 989.73 mg; Żelazo: 9.16 mg; Magnez: 229.42 mg;

środa 2025-07-30 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 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2412.49 kcal; Białko ogółem: 105.97 g; Tłuszcz ogółem: 80.24 g; Węglowodany ogółem: 278.56 g; Kw. tł. nasycone: 29.64 g; Sól: 5.85 g; Sód: 1440.61 mg; Błonnik: 25.11 g; W tym cukry: 55.67 g; WW: 28.15 Por; Potas: 3774.57 mg; Wapń: 738.33 mg; Fosfor: 1238.92 mg; Żelazo: 9.38 mg; Magnez: 244.17 mg;

środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 50g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1899.91 kcal; Białko ogółem: 76.27 g; Tłuszcz ogółem: 46.09 g; Węglowodany ogółem: 261.86 g; Kw. tł. nasycone: 8.67 g; Sól: 4.68 g; Sód: 979.92 mg; Błonnik: 20.00 g; W tym cukry: 39.82 g; WW: 26.43 Por; Potas: 2889.95 mg; Wapń: 190.74 mg; Fosfor: 637.61 mg; Żelazo: 8.06 mg; Magnez: 172.03 mg;

środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/glutenowy 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Rukola 10g , Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.70 kcal; Białko ogółem: 66.58 g; Tłuszcz ogółem: 64.68 g; Węglowodany ogółem: 243.11 g; Kw. tł. nasycone: 17.95 g; Sól: 3.20 g; Sód: 384.79 mg; Błonnik: 27.60 g; W tym cukry: 42.42 g; WW: 24.48 Por; Potas: 3058.95 mg; Wapń: 209.03 mg; Fosfor: 575.88 mg; Żelazo: 6.72 mg; Magnez: 153.57 mg;

środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos koperkowy 70ml (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki 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 10 g 20g , Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Rukola 10g , Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.18 kcal; Białko ogółem: 76.23 g; Tłuszcz ogółem: 72.91 g; Węglowodany ogółem: 281.49 g; Kw. tł. nasycone: 15.53 g; Sól: 6.24 g; Sód: 1509.94 mg; Błonnik: 24.30 g; W tym cukry: 36.74 g; WW: 28.49 Por; Potas: 3176.04 mg; Wapń: 211.23 mg; Fosfor: 700.20 mg; Żelazo: 9.01 mg; Magnez: 211.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-07-30			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>), Dżem szt - 25g 1szt, Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Łazanki z kiszzonej i białej kapusty z cieciorką 300g (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn 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 ciecierzycy 60g , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1912.36 kcal; Białko ogółem: 66.42 g; Tłuszcz ogółem: 46.13 g; Węglowodany ogółem: 269.08 g; Kw. tł. nasycone: 10.47 g; Sól: 5.62 g; Sód: 1169.96 mg; Błonnik: 34.49 g; W tym cukry: 58.17 g; WW: 26.97 Por; Potas: 2458.72 mg; Wapń: 708.05 mg; Fosfor: 921.97 mg; Żelazo: 7.35 mg; Magnez: 226.27 mg;

środa 2025-07-30			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml (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 na mleku roślinnym b/ml (mix g.budyń) 200g ,	Posiłek nocny: Arbuz 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2221.50 kcal; Białko ogółem: 112.53 g; Tłuszcz ogółem: 54.02 g; Węglowodany ogółem: 334.70 g; Kw. tł. nasycone: 4.80 g; Sól: 1.09 g; Sód: 429.65 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 60.40 g; WW: 33.72 Por; Potas: 4709.30 mg; Wapń: 217.04 mg; Fosfor: 1405.42 mg; Żelazo: 8.39 mg; Magnez: 299.98 mg;

środa 2025-07-30			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem b/soli 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>),	Rukola 10g , Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2122.34 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz ogółem: 52.28 g; Węglowodany ogółem: 295.38 g; Kw. tł. nasycone: 12.92 g; Sól: 5.05 g; Sód: 1120.96 mg; Błonnik: 25.44 g; W tym cukry: 57.83 g; WW: 29.85 Por; Potas: 3673.37 mg; Wapń: 502.58 mg; Fosfor: 926.77 mg; Żelazo: 9.25 mg; Magnez: 221.07 mg;

środa 2025-07-30			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 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Rukola 10g , Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2111.62 kcal; Białko ogółem: 89.01 g; Tłuszcz ogółem: 52.40 g; Węglowodany ogółem: 291.34 g; Kw. tł. nasycone: 12.83 g; Sól: 5.53 g; Sód: 1121.11 mg; Błonnik: 25.56 g; W tym cukry: 58.13 g; WW: 29.43 Por; Potas: 3679.17 mg; Wapń: 503.43 mg; Fosfor: 931.42 mg; Żelazo: 9.29 mg; Magnez: 221.97 mg;

środa 2025-07-30			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 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Rukola 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2080.45 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz ogółem: 54.93 g; Węglowodany ogółem: 266.85 g; Kw. tł. nasycone: 12.33 g; Sól: 5.75 g; Sód: 1398.03 mg; Błonnik: 35.84 g; W tym cukry: 45.28 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3804.47 mg; Wapń: 566.63 mg; Fosfor: 1270.38 mg; Żelazo: 12.02 mg; Magnez: 333.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-07-30		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/glutenowy 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Rukola 10g , Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 10g , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kefir 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1967.90 kcal; Białko ogółem: 65.39 g; Tłuszcz ogółem: 80.44 g; Węglowodany ogółem: 260.35 g; Kw. tł. nasycone: 17.53 g; Sól: 4.83 g; Sód: 670.15 mg; Błonnik: 28.00 g; W tym cukry: 40.20 g; WW: 26.35 Por; Potas: 3067.85 mg; Wapń: 330.20 mg; Fosfor: 622.60 mg; Żelazo: 6.37 mg; Magnez: 180.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-07-31 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>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g , 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>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2130.70 kcal; Białko ogółem: 79.70 g; Tłuszcz ogółem: 44.98 g; Węglowodany ogółem: 295.90 g; Kw. tł. nasycone: 12.89 g; Sól: 6.48 g; Sód: 2116.44 mg; Błonnik: 32.95 g; W tym cukry: 57.30 g; WW: 29.72 Por; Potas: 3066.45 mg; Wapń: 597.94 mg; Fosfor: 1335.66 mg; Żelazo: 10.32 mg; Magnez: 371.97 mg;

czwartek 2025-07-31 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,
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: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g , Jablko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1987.06 kcal; Białko ogółem: 86.68 g; Tłuszcz ogółem: 45.88 g; Węglowodany ogółem: 274.98 g; Kw. tł. nasycone: 11.40 g; Sól: 7.26 g; Sód: 2187.04 mg; Błonnik: 36.70 g; W tym cukry: 58.91 g; WW: 27.60 Por; Potas: 3431.65 mg; Wapń: 697.94 mg; Fosfor: 1529.86 mg; Żelazo: 11.68 mg; Magnez: 417.67 mg;

czwartek 2025-07-31 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
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 wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa 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 z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2052.29 kcal; Białko ogółem: 73.76 g; Tłuszcz ogółem: 42.32 g; Węglowodany ogółem: 302.60 g; Kw. tł. nasycone: 10.46 g; Sól: 3.65 g; Sód: 1119.38 mg; Błonnik: 19.56 g; W tym cukry: 51.87 g; WW: 30.38 Por; Potas: 2702.36 mg; Wapń: 401.72 mg; Fosfor: 944.19 mg; Żelazo: 7.91 mg; Magnez: 190.25 mg;

czwartek 2025-07-31 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1947.89 kcal; Białko ogółem: 74.80 g; Tłuszcz ogółem: 42.00 g; Węglowodany ogółem: 292.81 g; Kw. tł. nasycone: 8.31 g; Sól: 3.64 g; Sód: 1119.38 mg; Błonnik: 19.56 g; W tym cukry: 51.87 g; WW: 29.38 Por; Potas: 2702.36 mg; Wapń: 401.72 mg; Fosfor: 944.19 mg; Żelazo: 7.91 mg; Magnez: 190.25 mg;

czwartek 2025-07-31 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.29 kcal; Białko ogółem: 59.16 g; Tłuszcz ogółem: 48.92 g; Węglowodany ogółem: 287.20 g; Kw. tł. nasycone: 10.92 g; Sól: 1.75 g; Sód: 361.38 mg; Błonnik: 23.36 g; W tym cukry: 49.47 g; WW: 28.78 Por; Potas: 2478.36 mg; Wapń: 371.72 mg; Fosfor: 796.19 mg; Żelazo: 5.71 mg; Magnez: 154.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-07-31		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 200ml 1szt,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, MLE, SEL), Herbata b/c 250ml, Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 2346.41 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz ogółem: 65.66 g; Węglowodany ogółem: 294.63 g; Kw. tł. nasycone: 21.00 g; Sól: 1.46 g; Sód: 451.58 mg; Błonnik: 20.20 g; W tym cukry: 76.20 g; WW: 29.83 Por; Potas: 4273.95 mg; Wapń: 564.21 mg; Fosfor: 1262.13 mg; Żelazo: 6.78 mg; Magnez: 313.46 mg;

czwartek 2025-07-31		Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Pasta warzywna 100g,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem mix 300g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 60g (MLE), Dynia duszona (papka) 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml,

Wartości odżywcze: Kcal: 1930.34 kcal; Białko ogółem: 75.53 g; Tłuszcz ogółem: 30.30 g; Węglowodany ogółem: 298.79 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 3.67 g; Sód: 1125.86 mg; Błonnik: 21.08 g; W tym cukry: 48.44 g; WW: 30.15 Por; Potas: 2574.79 mg; Wapń: 465.05 mg; Fosfor: 964.15 mg; Żelazo: 8.06 mg; Magnez: 192.71 mg;

czwartek 2025-07-31		Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g, Gruszka 1szt,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g, Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 100g (MLE), Pomidor b/skóry 100g, Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Galaretka z owocami 200g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2180.05 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz ogółem: 47.10 g; Węglowodany ogółem: 307.07 g; Kw. tł. nasycone: 12.04 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1184.76 mg; Błonnik: 20.04 g; W tym cukry: 57.65 g; WW: 30.82 Por; Potas: 2900.14 mg; Wapń: 547.72 mg; Fosfor: 1188.31 mg; Żelazo: 8.28 mg; Magnez: 205.53 mg;

czwartek 2025-07-31		Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g, Gruszka 1szt,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g, Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata b/c 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g, Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Galaretka z owocami 200g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1844.39 kcal; Białko ogółem: 68.17 g; Tłuszcz ogółem: 39.55 g; Węglowodany ogółem: 262.75 g; Kw. tł. nasycone: 7.02 g; Sól: 3.46 g; Sód: 1051.88 mg; Błonnik: 18.66 g; W tym cukry: 44.28 g; WW: 26.35 Por; Potas: 2490.86 mg; Wapń: 221.72 mg; Fosfor: 815.19 mg; Żelazo: 7.76 mg; Magnez: 172.25 mg;

czwartek 2025-07-31		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), Szyńka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g, Gruszka 1szt,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g, Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i buraka 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g, Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Galaretka z owocami 200g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.56 kcal; Białko ogółem: 63.27 g; Tłuszcz ogółem: 50.34 g; Węglowodany ogółem: 284.91 g; Kw. tł. nasycone: 9.41 g; Sól: 1.76 g; Sód: 369.14 mg; Błonnik: 24.31 g; W tym cukry: 50.20 g; WW: 28.54 Por; Potas: 2559.52 mg; Wapń: 378.75 mg; Fosfor: 814.98 mg; Żelazo: 5.94 mg; Magnez: 159.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-07-31		Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 60g , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1937.97 kcal; Białko ogółem: 79.11 g; Tłuszcz ogółem: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 271.84 g; Kw. tł. nasycone: 13.66 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1199.00 mg; Błonnik: 21.35 g; W tym cukry: 43.50 g; WW: 27.29 Por; Potas: 2804.43 mg; Wapń: 185.00 mg; Fosfor: 931.03 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 208.48 mg;

czwartek 2025-07-31		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>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i tofu 300g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.30 kcal; Białko ogółem: 58.28 g; Tłuszcz ogółem: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 281.15 g; Kw. tł. nasycone: 9.62 g; Sól: 5.88 g; Sód: 1750.80 mg; Błonnik: 27.34 g; W tym cukry: 41.31 g; WW: 28.27 Por; Potas: 2323.05 mg; Wapń: 412.26 mg; Fosfor: 845.39 mg; Żelazo: 8.28 mg; Magnez: 245.86 mg;

czwartek 2025-07-31		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),	Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml (na wywarze, z mięsem, kaszą manna) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń na mleku roślinnym b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1919.15 kcal; Białko ogółem: 92.10 g; Tłuszcz ogółem: 45.82 g; Węglowodany ogółem: 296.09 g; Kw. tł. nasycone: 4.05 g; Sól: 0.92 g; Sód: 364.32 mg; Błonnik: 21.02 g; W tym cukry: 92.18 g; WW: 29.98 Por; Potas: 4449.62 mg; Wapń: 165.68 mg; Fosfor: 1157.30 mg; Żelazo: 7.00 mg; Magnez: 307.34 mg;

czwartek 2025-07-31		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
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 wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1971.96 kcal; Białko ogółem: 51.65 g; Tłuszcz ogółem: 30.43 g; Węglowodany ogółem: 330.99 g; Kw. tł. nasycone: 7.99 g; Sól: 3.14 g; Sód: 915.34 mg; Błonnik: 19.40 g; W tym cukry: 49.70 g; WW: 33.25 Por; Potas: 2091.07 mg; Wapń: 421.67 mg; Fosfor: 691.73 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 155.18 mg;

czwartek 2025-07-31		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 , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa 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 z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Dynia duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2089.35 kcal; Białko ogółem: 74.53 g; Tłuszcz ogółem: 43.46 g; Węglowodany ogółem: 309.18 g; Kw. tł. nasycone: 10.55 g; Sól: 3.63 g; Sód: 1113.96 mg; Błonnik: 21.09 g; W tym cukry: 52.82 g; WW: 31.08 Por; Potas: 2654.32 mg; Wapń: 459.19 mg; Fosfor: 967.45 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 195.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-07-31Jadłospis 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 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</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>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g , Jablko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2054.34 kcal; Białko ogółem: 89.44 g; Tłuszcz ogółem: 49.67 g; Węglowodany ogółem: 278.27 g; Kw. tł. nasycone: 11.73 g; Sól: 6.18 g; Sód: 1754.68 mg; Błonnik: 32.10 g; W tym cukry: 58.90 g; WW: 27.96 Por; Potas: 3410.86 mg; Wapń: 680.32 mg; Fosfor: 1486.49 mg; Żelazo: 11.99 mg; Magnez: 323.15 mg;

czwartek 2025-07-31Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 60g , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2079.87 kcal; Białko ogółem: 63.54 g; Tłuszcz ogółem: 75.48 g; Węglowodany ogółem: 291.08 g; Kw. tł. nasycone: 14.53 g; Sól: 2.21 g; Sód: 303.90 mg; Błonnik: 26.33 g; W tym cukry: 40.62 g; WW: 29.16 Por; Potas: 2496.73 mg; Wapń: 147.50 mg; Fosfor: 721.83 mg; Żelazo: 5.69 mg; Magnez: 153.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia gotowana 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>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałatka masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2133.64 kcal; Białko ogółem: 87.67 g; Tłuszcz ogółem: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 331.09 g; Kw. tł. nasycone: 12.53 g; Sól: 4.33 g; Sód: 1197.35 mg; Błonnik: 38.35 g; W tym cukry: 73.11 g; WW: 33.14 Por; Potas: 4100.34 mg; Wapń: 440.48 mg; Fosfor: 1111.39 mg; Żelazo: 12.12 mg; Magnez: 327.73 mg;

piątek 2025-08-01 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>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałatka 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: 1818.74 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz ogółem: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 274.43 g; Kw. tł. nasycone: 10.68 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1258.37 mg; Błonnik: 38.70 g; W tym cukry: 52.67 g; WW: 27.50 Por; Potas: 3931.00 mg; Wapń: 512.76 mg; Fosfor: 1213.39 mg; Żelazo: 12.28 mg; Magnez: 356.81 mg;

piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1877.94 kcal; Białko ogółem: 77.03 g; Tłuszcz ogółem: 31.86 g; Węglowodany ogółem: 285.86 g; Kw. tł. nasycone: 12.01 g; Sól: 3.33 g; Sód: 926.59 mg; Błonnik: 15.92 g; W tym cukry: 46.21 g; WW: 28.76 Por; Potas: 3417.11 mg; Wapń: 354.16 mg; Fosfor: 734.94 mg; Żelazo: 7.45 mg; Magnez: 197.19 mg;

piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1773.54 kcal; Białko ogółem: 78.07 g; Tłuszcz ogółem: 31.54 g; Węglowodany ogółem: 276.08 g; Kw. tł. nasycone: 9.86 g; Sól: 3.32 g; Sód: 926.59 mg; Błonnik: 15.92 g; W tym cukry: 46.21 g; WW: 27.76 Por; Potas: 3417.11 mg; Wapń: 354.16 mg; Fosfor: 734.94 mg; Żelazo: 7.45 mg; Magnez: 197.19 mg;

piątek 2025-08-01 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1562.24 kcal; Białko ogółem: 52.52 g; Tłuszcz ogółem: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 224.44 g; Kw. tł. nasycone: 9.04 g; Sól: 1.16 g; Sód: 99.29 mg; Błonnik: 19.00 g; W tym cukry: 36.40 g; WW: 22.54 Por; Potas: 2948.31 mg; Wapń: 141.16 mg; Fosfor: 417.44 mg; Żelazo: 4.86 mg; Magnez: 139.29 mg;

piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Płynna śniadaniowa 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 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 ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2168.33 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz ogółem: 66.48 g; Węglowodany ogółem: 267.10 g; Kw. tł. nasycone: 20.93 g; Sól: 1.69 g; Sód: 549.80 mg; Błonnik: 16.77 g; W tym cukry: 75.22 g; WW: 26.98 Por; Potas: 3883.45 mg; Wapń: 837.79 mg; Fosfor: 1462.64 mg; Żelazo: 6.16 mg; Magnez: 277.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-08-01Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 50g ,	Zupa ziemniaczana (papka) 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki puree 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia gotowana na parze puree 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Marchewka duszona (papka) 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1982.69 kcal; Białko ogółem: 73.37 g; Tłuszcz ogółem: 40.71 g; Węglowodany ogółem: 289.09 g; Kw. tł. nasycone: 18.22 g; Sól: 3.06 g; Sód: 1160.62 mg; Błonnik: 18.81 g; W tym cukry: 36.74 g; WW: 29.17 Por; Potas: 3227.46 mg; Wapń: 411.03 mg; Fosfor: 808.47 mg; Żelazo: 7.13 mg; Magnez: 212.37 mg;

piątek 2025-08-01Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2031.54 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz ogółem: 50.01 g; Węglowodany ogółem: 278.22 g; Kw. tł. nasycone: 22.33 g; Sól: 3.82 g; Sód: 1172.99 mg; Błonnik: 15.92 g; W tym cukry: 48.11 g; WW: 27.96 Por; Potas: 3479.31 mg; Wapń: 405.96 mg; Fosfor: 854.14 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 203.79 mg;

piątek 2025-08-01Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1609.89 kcal; Białko ogółem: 70.39 g; Tłuszcz ogółem: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 242.26 g; Kw. tł. nasycone: 8.21 g; Sól: 3.14 g; Sód: 851.74 mg; Błonnik: 14.34 g; W tym cukry: 36.91 g; WW: 24.36 Por; Potas: 2968.51 mg; Wapń: 164.06 mg; Fosfor: 550.29 mg; Żelazo: 6.65 mg; Magnez: 169.89 mg;

piątek 2025-08-01Jadłospis 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), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1916.66 kcal; Białko ogółem: 65.13 g; Tłuszcz ogółem: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 292.28 g; Kw. tł. nasycone: 10.74 g; Sól: 1.40 g; Sód: 156.87 mg; Błonnik: 18.46 g; W tym cukry: 41.74 g; WW: 29.22 Por; Potas: 2185.31 mg; Wapń: 318.42 mg; Fosfor: 585.54 mg; Żelazo: 4.55 mg; Magnez: 120.93 mg;

piątek 2025-08-01Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1736.67 kcal; Białko ogółem: 73.23 g; Tłuszcz ogółem: 52.85 g; Węglowodany ogółem: 258.59 g; Kw. tł. nasycone: 12.13 g; Sól: 5.51 g; Sód: 990.01 mg; Błonnik: 16.21 g; W tym cukry: 39.32 g; WW: 26.09 Por; Potas: 3391.67 mg; Wapń: 139.98 mg; Fosfor: 585.05 mg; Żelazo: 7.81 mg; Magnez: 190.12 mg;

piątek 2025-08-01Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Ser żółty 30g (MLE), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Kotleć z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (GLU, JAJ), Cukinia gotowana 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), Ser mozzarella 30g (MLE), Jajko got. na miękko kl. M 1szt (JAJ), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2004.61 kcal; Białko ogółem: 71.96 g; Tłuszcz ogółem: 41.89 g; Węglowodany ogółem: 290.06 g; Kw. tł. nasycone: 16.41 g; Sól: 3.83 g; Sód: 1355.60 mg; Błonnik: 38.58 g; W tym cukry: 45.61 g; WW: 28.96 Por; Potas: 3668.83 mg; Wapń: 653.24 mg; Fosfor: 1198.08 mg; Żelazo: 10.84 mg; Magnez: 305.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-08-01			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU , SEL), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa b/ml 500ml (GLU , MLE , SEL), Kompot owocowy 250ml ,
Płynna kolacyjna b/ml (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU , SEL), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,			Podwieczorek: Ryż z jabłkiem na mleku roślinnym b/ml (mix g.budyniu) 200g ,
			Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2221.50 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz ogółem: 54.27 g; Węglowodany ogółem: 333.30 g; Kw. tł. nasycone: 4.84 g; Sól: 1.08 g; Sód: 428.15 mg; Błonnik: 24.26 g; W tym cukry: 49.00 g; WW: 33.62 Por; Potas: 4514.30 mg; Wapń: 208.04 mg; Fosfor: 1391.92 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-08-01			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa ziemniaczana b/soli 300ml (MLE , SEL), Ziemniaki puree 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) b/soli 100g (RYB), Sos pomidorowy b/soli 60ml (GLU), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1877.35 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz ogółem: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 285.74 g; Kw. tł. nasycone: 12.00 g; Sól: 3.32 g; Sód: 926.41 mg; Błonnik: 15.82 g; W tym cukry: 46.05 g; WW: 28.75 Por; Potas: 3416.72 mg; Wapń: 351.60 mg; Fosfor: 734.55 mg; Żelazo: 7.41 mg; Magnez: 197.06 mg;

piątek 2025-08-01			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg 40g (MLE), Salata masłowa 20g ,			Zupa ziemniaczana 300ml (MLE , SEL), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Ser mozzarella 30g (MLE), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1746.51 kcal; Białko ogółem: 76.46 g; Tłuszcz ogółem: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 283.13 g; Kw. tł. nasycone: 11.09 g; Sól: 3.30 g; Sód: 921.32 mg; Błonnik: 15.19 g; W tym cukry: 44.34 g; WW: 28.51 Por; Potas: 3229.15 mg; Wapń: 349.62 mg; Fosfor: 721.83 mg; Żelazo: 7.15 mg; Magnez: 192.35 mg;

piątek 2025-08-01			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU , MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twarożek z brzoskwinia 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1914.69 kcal; Białko ogółem: 96.95 g; Tłuszcz ogółem: 36.51 g; Węglowodany ogółem: 265.14 g; Kw. tł. nasycone: 14.58 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1217.56 mg; Błonnik: 32.41 g; W tym cukry: 49.39 g; WW: 26.60 Por; Potas: 3974.82 mg; Wapń: 481.94 mg; Fosfor: 1181.94 mg; Żelazo: 11.88 mg; Magnez: 353.07 mg;

piątek 2025-08-01			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasta drobiowa 50g , Pomidor b/skóry 30g ,			
			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 10g , Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1761.67 kcal; Białko ogółem: 59.39 g; Tłuszcz ogółem: 51.43 g; Węglowodany ogółem: 275.58 g; Kw. tł. nasycone: 11.32 g; Sól: 3.25 g; Sód: 115.58 mg; Błonnik: 19.32 g; W tym cukry: 34.62 g; WW: 27.63 Por; Potas: 2160.39 mg; Wapń: 100.91 mg; Fosfor: 434.69 mg; Żelazo: 4.65 mg; Magnez: 111.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-08-02 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>), Pomidor 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo k.l.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 50g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2322.59 kcal; Białko ogółem: 86.84 g; Tłuszcz ogółem: 60.73 g; Węglowodany ogółem: 300.81 g; Kw. tł. nasycone: 19.63 g; Sól: 7.13 g; Sód: 2162.67 mg; Błonnik: 30.89 g; W tym cukry: 74.42 g; WW: 30.26 Por; Potas: 4108.40 mg; Wapń: 852.09 mg; Fosfor: 1365.51 mg; Żelazo: 13.22 mg; Magnez: 327.94 mg;

sobota 2025-08-02 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>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo k.l.M 1szt (<i>JAJ</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.06 kcal; Białko ogółem: 81.75 g; Tłuszcz ogółem: 49.42 g; Węglowodany ogółem: 255.55 g; Kw. tł. nasycone: 14.83 g; Sól: 7.41 g; Sód: 2307.69 mg; Błonnik: 34.06 g; W tym cukry: 50.74 g; WW: 25.75 Por; Potas: 4408.66 mg; Wapń: 886.41 mg; Fosfor: 1363.90 mg; Żelazo: 14.52 mg; Magnez: 372.15 mg;

sobota 2025-08-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Miód szukowy 25g 1szt , Arbuz 100g , Rukola 10g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.51 kcal; Białko ogółem: 84.03 g; Tłuszcz ogółem: 46.42 g; Węglowodany ogółem: 290.50 g; Kw. tł. nasycone: 12.44 g; Sól: 5.03 g; Sód: 1114.14 mg; Błonnik: 20.62 g; W tym cukry: 51.92 g; WW: 29.36 Por; Potas: 3744.02 mg; Wapń: 559.45 mg; Fosfor: 989.88 mg; Żelazo: 10.70 mg; Magnez: 239.48 mg;

sobota 2025-08-02 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Arbuz 100g , Rukola 10g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1970.08 kcal; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz ogółem: 47.08 g; Węglowodany ogółem: 282.87 g; Kw. tł. nasycone: 10.54 g; Sól: 5.14 g; Sód: 1114.14 mg; Błonnik: 19.22 g; W tym cukry: 57.28 g; WW: 28.56 Por; Potas: 3765.62 mg; Wapń: 565.05 mg; Fosfor: 1014.88 mg; Żelazo: 10.91 mg; Magnez: 244.08 mg;

sobota 2025-08-02 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Arbuz 100g , Rukola 10g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1806.58 kcal; Białko ogółem: 59.17 g; Tłuszcz ogółem: 47.74 g; Węglowodany ogółem: 246.60 g; Kw. tł. nasycone: 9.15 g; Sól: 2.91 g; Sód: 262.14 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 42.38 g; WW: 24.89 Por; Potas: 3205.12 mg; Wapń: 265.05 mg; Fosfor: 637.88 mg; Żelazo: 8.56 mg; Magnez: 180.08 mg;

sobota 2025-08-02 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyńni) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 2071.46 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz ogółem: 63.10 g; Węglowodany ogółem: 260.64 g; Kw. tł. nasycone: 19.43 g; Sól: 1.42 g; Sód: 484.53 mg; Błonnik: 17.76 g; W tym cukry: 62.52 g; WW: 26.38 Por; Potas: 3745.70 mg; Wapń: 638.56 mg; Fosfor: 1282.68 mg; Żelazo: 5.86 mg; Magnez: 264.41 mg;					
sobota 2025-08-02		Jadłospis dla diety: U. Papkowata			
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Buraczki gotowane (papka) 100g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) (papka) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze (papka) 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sytko (papka) 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 2051.59 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz ogółem: 44.00 g; Węglowodany ogółem: 289.52 g; Kw. tł. nasycone: 13.03 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1175.00 mg; Błonnik: 21.09 g; W tym cukry: 49.39 g; WW: 29.29 Por; Potas: 2985.70 mg; Wapń: 589.89 mg; Fosfor: 975.51 mg; Żelazo: 11.74 mg; Magnez: 222.05 mg;					
sobota 2025-08-02		Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa			
Zupa ml. z makaronem 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Arbuz 100g , Rukola 10g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Kcal: 2369.26 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz ogółem: 65.26 g; Węglowodany ogółem: 303.88 g; Kw. tł. nasycone: 22.13 g; Sól: 6.92 g; Sód: 1277.34 mg; Błonnik: 19.90 g; W tym cukry: 56.75 g; WW: 30.66 Por; Potas: 3760.12 mg; Wapń: 575.85 mg; Fosfor: 1052.48 mg; Żelazo: 11.08 mg; Magnez: 245.08 mg;					
sobota 2025-08-02		Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa			
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Arbuz 100g , Rukola 10g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Kcal: 1999.42 kcal; Białko ogółem: 83.47 g; Tłuszcz ogółem: 47.58 g; Węglowodany ogółem: 273.56 g; Kw. tł. nasycone: 11.01 g; Sól: 5.13 g; Sód: 1104.24 mg; Błonnik: 16.15 g; W tym cukry: 53.56 g; WW: 27.60 Por; Potas: 3378.14 mg; Wapń: 505.59 mg; Fosfor: 965.56 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 220.91 mg;					
sobota 2025-08-02		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa			
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Arbuz 100g , Rukola 10g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml 1szt ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 1694.10 kcal; Białko ogółem: 58.91 g; Tłuszcz ogółem: 45.34 g; Węglowodany ogółem: 223.79 g; Kw. tł. nasycone: 8.53 g; Sól: 2.77 g; Sód: 208.31 mg; Błonnik: 21.63 g; W tym cukry: 36.95 g; WW: 22.60 Por; Potas: 3124.50 mg; Wapń: 253.97 mg; Fosfor: 576.41 mg; Żelazo: 7.90 mg; Magnez: 167.96 mg;					
sobota 2025-08-02		Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna			
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Arbuz 100g , Rukola 10g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	
II Śniadanie: Sok warzywny 300ml 1szt ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,	

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-08-02			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>), Pasta z ciecierzycy 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Arbuz 100g , Rukola 10g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1894.84 kcal; Białko ogółem: 58.16 g; Tłuszcz ogółem: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 278.13 g; Kw. tł. nasycone: 10.36 g; Sól: 4.43 g; Sód: 1550.36 mg; Błonnik: 30.07 g; W tym cukry: 61.63 g; WW: 28.09 Por; Potas: 3429.61 mg; Wapń: 538.45 mg; Fosfor: 1058.98 mg; Żelazo: 10.62 mg; Magnez: 276.09 mg;

sobota 2025-08-02			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze mięsnym) 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna b/ml na wywarze mięsnym 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),			
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,		Podwieczorek: Budyn waniliowy z owocami na ml. roślinnym 200ml (<i>SOJ</i>),	
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1938.89 kcal; Białko ogółem: 88.66 g; Tłuszcz ogółem: 65.13 g; Węglowodany ogółem: 249.72 g; Kw. tł. nasycone: 7.12 g; Sól: 1.11 g; Sód: 300.38 mg; Błonnik: 18.48 g; W tym cukry: 50.02 g; WW: 25.28 Por; Potas: 3072.75 mg; Wapń: 183.61 mg; Fosfor: 945.18 mg; Żelazo: 5.66 mg; Magnez: 209.29 mg;

sobota 2025-08-02			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Arbuz 100g , Rukola 10g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Sos koperkowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2128.82 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz ogółem: 47.36 g; Węglowodany ogółem: 305.99 g; Kw. tł. nasycone: 12.61 g; Sól: 5.14 g; Sód: 1108.38 mg; Błonnik: 16.61 g; W tym cukry: 55.74 g; WW: 30.79 Por; Potas: 2809.11 mg; Wapń: 526.68 mg; Fosfor: 967.82 mg; Żelazo: 9.80 mg; Magnez: 200.86 mg;

sobota 2025-08-02			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 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Arbuz 100g , Rukola 10g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.08 kcal; Białko ogółem: 85.10 g; Tłuszcz ogółem: 46.58 g; Węglowodany ogółem: 292.57 g; Kw. tł. nasycone: 12.14 g; Sól: 5.14 g; Sód: 1114.14 mg; Błonnik: 19.22 g; W tym cukry: 57.28 g; WW: 29.56 Por; Potas: 3765.62 mg; Wapń: 565.05 mg; Fosfor: 1014.88 mg; Żelazo: 10.91 mg; Magnez: 244.08 mg;

sobota 2025-08-02			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>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor 100g , Rukola 10g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	
Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			
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: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Arbuz 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1932.65 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz ogółem: 45.72 g; Węglowodany ogółem: 256.48 g; Kw. tł. nasycone: 11.70 g; Sól: 5.60 g; Sód: 1579.46 mg; Błonnik: 32.94 g; W tym cukry: 49.90 g; WW: 25.88 Por; Potas: 4713.64 mg; Wapń: 615.08 mg; Fosfor: 1309.01 mg; Żelazo: 14.98 mg; Magnez: 370.35 mg;

sobota 2025-08-02			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Arbuz 100g , Rukola 10g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	
II Śniadanie: Sok warzywny 300ml 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1649.10 kcal; Białko ogółem: 53.86 g; Tłuszcz ogółem: 60.43 g; Węglowodany ogółem: 236.13 g; Kw. tł. nasycone: 13.38 g; Sól: 3.85 g; Sód: 376.41 mg; Błonnik: 23.18 g; W tym cukry: 49.45 g; WW: 23.83 Por; Potas: 3511.70 mg; Wapń: 214.57 mg; Fosfor: 472.71 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 174.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 60g (JAJ, MLE, GOR), Pomidor 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Rzodkiewka biała 100g , Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Biszkopty 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2217.08 kcal; Białko ogółem: 75.82 g; Tłuszcz ogółem: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 301.58 g; Kw. tł. nasycone: 12.70 g; Sól: 4.61 g; Sód: 1385.87 mg; Błonnik: 40.06 g; W tym cukry: 74.51 g; WW: 30.23 Por; Potas: 3789.48 mg; Wapń: 506.17 mg; Fosfor: 1194.11 mg; Żelazo: 10.98 mg; Magnez: 282.67 mg;

niedziela 2025-08-03 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), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 60g (JAJ, MLE, GOR), Pomidor 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Rzodkiewka biała 100g , Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałata masłowa 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: 1860.38 kcal; Białko ogółem: 75.76 g; Tłuszcz ogółem: 44.18 g; Węglowodany ogółem: 260.18 g; Kw. tł. nasycone: 11.17 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1453.37 mg; Błonnik: 40.63 g; W tym cukry: 55.94 g; WW: 26.08 Por; Potas: 3947.78 mg; Wapń: 597.97 mg; Fosfor: 1337.61 mg; Żelazo: 11.74 mg; Magnez: 321.77 mg;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 60g (JAJ, MLE, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2080.40 kcal; Białko ogółem: 70.55 g; Tłuszcz ogółem: 43.39 g; Węglowodany ogółem: 313.64 g; Kw. tł. nasycone: 12.35 g; Sól: 3.23 g; Sód: 1187.35 mg; Błonnik: 24.21 g; W tym cukry: 51.61 g; WW: 31.60 Por; Potas: 3279.46 mg; Wapń: 490.39 mg; Fosfor: 1017.43 mg; Żelazo: 7.89 mg; Magnez: 207.33 mg;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 60g (JAJ, MLE, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1976.00 kcal; Białko ogółem: 71.59 g; Tłuszcz ogółem: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 303.85 g; Kw. tł. nasycone: 10.20 g; Sól: 3.22 g; Sód: 1187.35 mg; Błonnik: 24.21 g; W tym cukry: 51.61 g; WW: 30.60 Por; Potas: 3279.46 mg; Wapń: 490.39 mg; Fosfor: 1017.43 mg; Żelazo: 7.89 mg; Magnez: 207.33 mg;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 60g (JAJ, MLE, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1858.70 kcal; Białko ogółem: 48.84 g; Tłuszcz ogółem: 46.78 g; Węglowodany ogółem: 267.22 g; Kw. tł. nasycone: 10.98 g; Sól: 1.16 g; Sód: 360.05 mg; Błonnik: 27.29 g; W tym cukry: 41.80 g; WW: 26.88 Por; Potas: 2810.66 mg; Wapń: 277.39 mg; Fosfor: 699.93 mg; Żelazo: 5.30 mg; Magnez: 149.43 mg;

niedziela 2025-08-03 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 (MLE),	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 100ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2065.54 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz ogółem: 59.66 g; Węglowodany ogółem: 280.83 g; Kw. tł. nasycone: 17.57 g; Sól: 1.43 g; Sód: 501.96 mg; Błonnik: 17.25 g; W tym cukry: 83.66 g; WW: 28.37 Por; Potas: 4006.00 mg; Wapń: 693.41 mg; Fosfor: 1356.23 mg; Żelazo: 6.61 mg; Magnez: 270.39 mg;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem (papka) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 60g (JAJ, MLE, GOR), Pasta warzywna 100g ,	Zupa dyniowa z brązowym ryżem 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki (papka) 200g , Marchewka duszona (papka) 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1936.66 kcal; Białko ogółem: 70.64 g; Tłuszcz ogółem: 36.76 g; Węglowodany ogółem: 293.18 g; Kw. tł. nasycone: 11.50 g; Sól: 3.01 g; Sód: 1097.90 mg; Błonnik: 26.06 g; W tym cukry: 41.98 g; WW: 29.64 Por; Potas: 3006.19 mg; Wapń: 480.92 mg; Fosfor: 990.34 mg; Żelazo: 8.48 mg; Magnez: 232.81 mg;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 400ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 60g (JAJ, MLE, GOR), Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2089.96 kcal; Białko ogółem: 81.36 g; Tłuszcz ogółem: 46.58 g; Węglowodany ogółem: 298.19 g; Kw. tł. nasycone: 11.95 g; Sól: 4.92 g; Sód: 1210.45 mg; Błonnik: 24.45 g; W tym cukry: 54.75 g; WW: 30.04 Por; Potas: 3361.06 mg; Wapń: 551.39 mg; Fosfor: 1073.93 mg; Żelazo: 8.02 mg; Magnez: 214.63 mg;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 60g (JAJ, MLE, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.60 kcal; Białko ogółem: 64.82 g; Tłuszcz ogółem: 39.58 g; Węglowodany ogółem: 296.23 g; Kw. tł. nasycone: 9.00 g; Sól: 2.90 g; Sód: 1057.45 mg; Błonnik: 23.17 g; W tym cukry: 74.14 g; WW: 29.93 Por; Potas: 3411.66 mg; Wapń: 280.39 mg; Fosfor: 847.93 mg; Żelazo: 7.63 mg; Magnez: 232.43 mg;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 60g (JAJ, MLE, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa dyniowa z brązowym ryżem 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.66 kcal; Białko ogółem: 61.80 g; Tłuszcz ogółem: 52.02 g; Węglowodany ogółem: 293.95 g; Kw. tł. nasycone: 11.72 g; Sól: 2.31 g; Sód: 431.10 mg; Błonnik: 30.01 g; W tym cukry: 49.93 g; WW: 29.57 Por; Potas: 3103.32 mg; Wapń: 466.90 mg; Fosfor: 912.70 mg; Żelazo: 5.85 mg; Magnez: 200.72 mg;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Marchewka duszona 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Połędwica miodowa drobiowa 40g , Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1935.96 kcal; Białko ogółem: 58.93 g; Tłuszcz ogółem: 64.85 g; Węglowodany ogółem: 292.56 g; Kw. tł. nasycone: 15.02 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1191.30 mg; Błonnik: 24.55 g; W tym cukry: 42.38 g; WW: 29.50 Por; Potas: 2997.41 mg; Wapń: 227.09 mg; Fosfor: 679.23 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 185.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-08-03			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g , Pomidor 100g ,			Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml , Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2087.27 kcal; Białko ogółem: 66.42 g; Tłuszcz ogółem: 47.43 g; Węglowodany ogółem: 310.95 g; Kw. tł. nasycone: 11.61 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1224.30 mg; Błonnik: 35.88 g; W tym cukry: 64.74 g; WW: 31.22 Por; Potas: 3336.46 mg; Wapń: 513.76 mg; Fosfor: 1033.91 mg; Żelazo: 8.93 mg; Magnez: 256.82 mg;

niedziela 2025-08-03			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml na wywarze mięsnym 500ml (<i>GLU, JAJ</i>),			Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>),			Podwieczorek: Ryż na mleku roślinnym z jabłkami 200ml ,
			Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2044.23 kcal; Białko ogółem: 87.37 g; Tłuszcz ogółem: 63.22 g; Węglowodany ogółem: 291.12 g; Kw. tł. nasycone: 6.83 g; Sól: 1.15 g; Sód: 355.35 mg; Błonnik: 18.30 g; W tym cukry: 64.48 g; WW: 29.39 Por; Potas: 3589.13 mg; Wapń: 324.31 mg; Fosfor: 1115.38 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 242.33 mg;

niedziela 2025-08-03			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,			Zupa dyniowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem b/soli 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/soli 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2087.44 kcal; Białko ogółem: 67.64 g; Tłuszcz ogółem: 42.88 g; Węglowodany ogółem: 320.57 g; Kw. tł. nasycone: 11.91 g; Sól: 3.21 g; Sód: 1180.49 mg; Błonnik: 26.37 g; W tym cukry: 51.18 g; WW: 32.29 Por; Potas: 3322.48 mg; Wapń: 479.27 mg; Fosfor: 1021.25 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 236.39 mg;

niedziela 2025-08-03			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>), Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,			Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1921.10 kcal; Białko ogółem: 66.85 g; Tłuszcz ogółem: 41.83 g; Węglowodany ogółem: 300.01 g; Kw. tł. nasycone: 11.26 g; Sól: 3.20 g; Sód: 1181.55 mg; Błonnik: 27.21 g; W tym cukry: 65.52 g; WW: 30.22 Por; Potas: 3457.86 mg; Wapń: 477.59 mg; Fosfor: 985.53 mg; Żelazo: 8.30 mg; Magnez: 210.03 mg;

niedziela 2025-08-03			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>), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>),			Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Rzodkiewka biała 100g , Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor 90g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1893.09 kcal; Białko ogółem: 82.80 g; Tłuszcz ogółem: 45.14 g; Węglowodany ogółem: 257.80 g; Kw. tł. nasycone: 11.77 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1432.19 mg; Błonnik: 38.18 g; W tym cukry: 54.78 g; WW: 25.91 Por; Potas: 3882.96 mg; Wapń: 616.68 mg; Fosfor: 1356.30 mg; Żelazo: 11.74 mg; Magnez: 321.89 mg;

niedziela 2025-08-03			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,			Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatna drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica miodowa drobiowa 60g , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1909.26 kcal; Białko ogółem: 44.05 g; Tłuszcz ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 279.03 g; Kw. tł. nasycone: 15.76 g; Sól: 3.21 g; Sód: 322.55 mg; Błonnik: 31.79 g; W tym cukry: 54.41 g; WW: 28.09 Por; Potas: 2932.87 mg; Wapń: 197.50 mg; Fosfor: 517.80 mg; Żelazo: 5.72 mg; Magnez: 147.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-08-04 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka konserwowa 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2309.90 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz ogółem: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 364.41 g; Kw. tł. nasycone: 10.84 g; Sól: 6.54 g; Sód: 2093.99 mg; Błonnik: 39.61 g; W tym cukry: 73.30 g; WW: 36.54 Por; Potas: 3538.22 mg; Wapń: 500.16 mg; Fosfor: 1311.09 mg; Żelazo: 12.19 mg; Magnez: 338.10 mg;

poniedziałek 2025-08-04 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka konserwowa 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2052.82 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz ogółem: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 315.02 g; Kw. tł. nasycone: 10.97 g; Sól: 6.63 g; Sód: 2163.29 mg; Błonnik: 40.63 g; W tym cukry: 54.55 g; WW: 31.58 Por; Potas: 3729.82 mg; Wapń: 594.96 mg; Fosfor: 1495.09 mg; Żelazo: 13.19 mg; Magnez: 381.10 mg;

poniedziałek 2025-08-04 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.41 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz ogółem: 31.99 g; Węglowodany ogółem: 340.92 g; Kw. tł. nasycone: 9.24 g; Sól: 6.66 g; Sód: 1483.91 mg; Błonnik: 26.89 g; W tym cukry: 49.27 g; WW: 34.40 Por; Potas: 3263.54 mg; Wapń: 454.15 mg; Fosfor: 1017.53 mg; Żelazo: 10.07 mg; Magnez: 244.20 mg;

poniedziałek 2025-08-04 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 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2056.36 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz ogółem: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 336.88 g; Kw. tł. nasycone: 7.09 g; Sól: 6.64 g; Sód: 1478.11 mg; Błonnik: 27.31 g; W tym cukry: 52.61 g; WW: 33.92 Por; Potas: 3205.34 mg; Wapń: 448.50 mg; Fosfor: 1014.43 mg; Żelazo: 9.82 mg; Magnez: 244.80 mg;

poniedziałek 2025-08-04 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 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1846.86 kcal; Białko ogółem: 67.58 g; Tłuszcz ogółem: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 286.11 g; Kw. tł. nasycone: 6.26 g; Sól: 4.47 g; Sód: 652.61 mg; Błonnik: 30.21 g; W tym cukry: 42.62 g; WW: 28.79 Por; Potas: 2769.84 mg; Wapń: 238.50 mg; Fosfor: 737.43 mg; Żelazo: 7.47 mg; Magnez: 190.80 mg;

poniedziałek 2025-08-04 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, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Ryż na mleku z jabłkiem (mix o g.budyiniu) 300g (<i>S02</i>),	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Kcal: 2705.11 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz ogółem: 71.38 g; Węglowodany ogółem: 391.58 g; Kw. tł. nasycone: 24.15 g; Sól: 1.31 g; Sód: 451.58 mg; Błonnik: 23.74 g; W tym cukry: 57.55 g; WW: 39.52 Por; Potas: 3997.85 mg; Wapń: 572.81 mg; Fosfor: 1370.53 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 294.66 mg;

poniedziałek 2025-08-04 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z zieleciną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko (papka) 200g , 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>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1914.61 kcal; Białko ogółem: 79.94 g; Tłuszcz ogółem: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 304.80 g; Kw. tł. nasycone: 8.47 g; Sól: 5.44 g; Sód: 1084.73 mg; Błonnik: 26.35 g; W tym cukry: 45.74 g; WW: 30.82 Por; Potas: 2793.01 mg; Wapń: 446.30 mg; Fosfor: 882.17 mg; Żelazo: 9.33 mg; Magnez: 204.02 mg;

poniedziałek 2025-08-04 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2239.87 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz ogółem: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; Kw. tł. nasycone: 10.46 g; Sól: 5.41 g; Sód: 1535.81 mg; Błonnik: 27.61 g; W tym cukry: 57.45 g; WW: 34.31 Por; Potas: 3366.24 mg; Wapń: 583.70 mg; Fosfor: 1239.03 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 258.00 mg;

poniedziałek 2025-08-04 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1842.17 kcal; Białko ogółem: 82.14 g; Tłuszcz ogółem: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 286.66 g; Kw. tł. nasycone: 5.31 g; Sól: 5.51 g; Sód: 1031.35 mg; Błonnik: 21.95 g; W tym cukry: 40.22 g; WW: 28.83 Por; Potas: 2473.23 mg; Wapń: 200.23 mg; Fosfor: 804.08 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 178.37 mg;

poniedziałek 2025-08-04 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2003.72 kcal; Białko ogółem: 71.74 g; Tłuszcz ogółem: 37.07 g; Węglowodany ogółem: 310.07 g; Kw. tł. nasycone: 7.62 g; Sól: 4.60 g; Sód: 665.16 mg; Błonnik: 29.48 g; W tym cukry: 48.00 g; WW: 31.18 Por; Potas: 2742.26 mg; Wapń: 398.84 mg; Fosfor: 770.65 mg; Żelazo: 6.99 mg; Magnez: 191.42 mg;

poniedziałek 2025-08-04 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2005.70 kcal; Białko ogółem: 80.20 g; Tłuszcz ogółem: 54.52 g; Węglowodany ogółem: 320.84 g; Kw. tł. nasycone: 13.98 g; Sól: 5.69 g; Sód: 1526.75 mg; Błonnik: 27.53 g; W tym cukry: 45.04 g; WW: 32.34 Por; Potas: 3051.54 mg; Wapń: 272.50 mg; Fosfor: 912.73 mg; Żelazo: 10.05 mg; Magnez: 234.10 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-08-04			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka warzywna z ciecierzycą i groszkiem 180g (<i>MLE</i>), Ryż na sytko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatk 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 60g , Salata maslowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1957.68 kcal; Białko ogółem: 60.83 g; Tłuszcz ogółem: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 328.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.18 g; Sól: 5.73 g; Sód: 2069.23 mg; Błonnik: 36.32 g; W tym cukry: 54.29 g; WW: 32.91 Por; Potas: 2832.03 mg; Wapń: 498.54 mg; Fosfor: 1001.87 mg; Żelazo: 9.76 mg; Magnez: 293.15 mg;

poniedziałek 2025-08-04			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Płynna śniadaniowa b/ml z mięsem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa b/ml z mięsem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,			Podwieczorek: Ryż z jabłkiem na mleku roślinnym b/ml (mix g.budyńiu) 200g ,
			Posilek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1415.04 kcal; Białko ogółem: 53.22 g; Tłuszcz ogółem: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 216.50 g; Kw. tł. nasycone: 3.25 g; Sól: 0.54 g; Sód: 188.55 mg; Błonnik: 15.21 g; W tym cukry: 39.54 g; WW: 21.78 Por; Potas: 2155.69 mg; Wapń: 98.49 mg; Fosfor: 668.25 mg; Żelazo: 4.47 mg; Magnez: 141.81 mg;

poniedziałek 2025-08-04			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 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli (100g mięsa, 80g sos) 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sytko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salatk z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2107.24 kcal; Białko ogółem: 86.16 g; Tłuszcz ogółem: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 342.43 g; Kw. tł. nasycone: 8.79 g; Sól: 5.74 g; Sód: 1116.24 mg; Błonnik: 27.39 g; W tym cukry: 50.11 g; WW: 34.54 Por; Potas: 3166.16 mg; Wapń: 449.56 mg; Fosfor: 947.77 mg; Żelazo: 9.79 mg; Magnez: 218.16 mg;

poniedziałek 2025-08-04			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 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sytko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatk z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2060.01 kcal; Białko ogółem: 91.23 g; Tłuszcz ogółem: 31.12 g; Węglowodany ogółem: 339.88 g; Kw. tł. nasycone: 8.68 g; Sól: 5.77 g; Sód: 1132.41 mg; Błonnik: 26.64 g; W tym cukry: 49.27 g; WW: 34.30 Por; Potas: 3214.04 mg; Wapń: 445.15 mg; Fosfor: 1004.03 mg; Żelazo: 9.87 mg; Magnez: 222.70 mg;

poniedziałek 2025-08-04			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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i>), Ryż na sytko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatk 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>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2006.40 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz ogółem: 33.58 g; Węglowodany ogółem: 296.26 g; Kw. tł. nasycone: 9.08 g; Sól: 6.82 g; Sód: 1786.51 mg; Błonnik: 37.91 g; W tym cukry: 43.50 g; WW: 29.88 Por; Potas: 3751.54 mg; Wapń: 607.65 mg; Fosfor: 1462.43 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 369.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-08-04		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szyńka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g , Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 10g , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1870.44 kcal; Białko ogółem: 55.79 g; Tłuszcz ogółem: 60.27 g; Węglowodany ogółem: 292.18 g; Kw. tł. nasycone: 14.17 g; Sól: 3.23 g; Sód: 600.10 mg; Błonnik: 30.00 g; W tym cukry: 40.22 g; WW: 29.38 Por; Potas: 2554.86 mg; Wapń: 218.34 mg; Fosfor: 646.75 mg; Żelazo: 6.89 mg; Magnez: 175.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-08-05 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa kapuśniak z mieszanej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Biskvity 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2399.32 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz ogółem: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 306.52 g; Kw. tł. nasycone: 16.57 g; Sól: 6.72 g; Sód: 2168.82 mg; Błonnik: 35.05 g; W tym cukry: 66.87 g; WW: 30.68 Por; Potas: 3528.94 mg; Wapń: 812.12 mg; Fosfor: 1438.04 mg; Żelazo: 11.80 mg; Magnez: 315.49 mg;

wtorek 2025-08-05 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa kapuśniak z mieszanej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2041.08 kcal; Białko ogółem: 90.84 g; Tłuszcz ogółem: 53.45 g; Węglowodany ogółem: 258.66 g; Kw. tł. nasycone: 16.70 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2233.03 mg; Błonnik: 34.96 g; W tym cukry: 46.40 g; WW: 25.82 Por; Potas: 3531.94 mg; Wapń: 893.64 mg; Fosfor: 1581.99 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 345.52 mg;

wtorek 2025-08-05 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskvity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2158.97 kcal; Białko ogółem: 83.09 g; Tłuszcz ogółem: 47.82 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g; Kw. tł. nasycone: 11.23 g; Sól: 2.97 g; Sód: 1094.62 mg; Błonnik: 19.42 g; W tym cukry: 41.90 g; WW: 29.61 Por; Potas: 3038.26 mg; Wapń: 401.72 mg; Fosfor: 1040.66 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 213.86 mg;

wtorek 2025-08-05 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Biskvity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2054.57 kcal; Białko ogółem: 84.13 g; Tłuszcz ogółem: 47.50 g; Węglowodany ogółem: 284.30 g; Kw. tł. nasycone: 9.08 g; Sól: 2.96 g; Sód: 1094.62 mg; Błonnik: 19.42 g; W tym cukry: 41.90 g; WW: 28.61 Por; Potas: 3038.26 mg; Wapń: 401.72 mg; Fosfor: 1040.66 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 213.86 mg;

wtorek 2025-08-05 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskvity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2059.22 kcal; Białko ogółem: 61.44 g; Tłuszcz ogółem: 61.27 g; Węglowodany ogółem: 255.66 g; Kw. tł. nasycone: 10.55 g; Sól: 1.04 g; Sód: 318.82 mg; Błonnik: 23.05 g; W tym cukry: 31.96 g; WW: 25.69 Por; Potas: 2559.01 mg; Wapń: 181.67 mg; Fosfor: 747.31 mg; Żelazo: 6.05 mg; Magnez: 156.66 mg;

wtorek 2025-08-05 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, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biskvity i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2341.29 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz ogółem: 75.11 g; Węglowodany ogółem: 290.47 g; Kw. tł. nasycone: 25.30 g; Sól: 1.67 g; Sód: 577.01 mg; Błonnik: 19.97 g; W tym cukry: 73.32 g; WW: 29.29 Por; Potas: 4131.45 mg; Wapń: 915.34 mg; Fosfor: 1643.91 mg; Żelazo: 7.72 mg; Magnez: 333.19 mg;

wtorek 2025-08-05Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (papka) 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<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 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.13 kcal; Białko ogółem: 82.47 g; Tłuszcz ogółem: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 289.67 g; Kw. tł. nasycone: 10.30 g; Sól: 4.13 g; Sód: 1123.77 mg; Błonnik: 25.63 g; W tym cukry: 35.83 g; WW: 29.29 Por; Potas: 3030.29 mg; Wapń: 433.11 mg; Fosfor: 1062.55 mg; Żelazo: 9.09 mg; Magnez: 224.45 mg;

wtorek 2025-08-05Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	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>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2329.98 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz ogółem: 54.82 g; Węglowodany ogółem: 289.04 g; Kw. tł. nasycone: 13.49 g; Sól: 3.16 g; Sód: 1170.40 mg; Błonnik: 19.66 g; W tym cukry: 48.28 g; WW: 29.09 Por; Potas: 3260.71 mg; Wapń: 578.12 mg; Fosfor: 1359.08 mg; Żelazo: 9.07 mg; Magnez: 232.83 mg;

wtorek 2025-08-05Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1965.47 kcal; Białko ogółem: 76.92 g; Tłuszcz ogółem: 44.99 g; Węglowodany ogółem: 257.86 g; Kw. tł. nasycone: 7.80 g; Sól: 2.80 g; Sód: 1026.37 mg; Błonnik: 18.80 g; W tym cukry: 34.53 g; WW: 25.93 Por; Potas: 2797.76 mg; Wapń: 217.47 mg; Fosfor: 888.41 mg; Żelazo: 8.30 mg; Magnez: 191.36 mg;

wtorek 2025-08-05Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Arbuz 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1938.08 kcal; Białko ogółem: 64.82 g; Tłuszcz ogółem: 49.14 g; Węglowodany ogółem: 269.81 g; Kw. tł. nasycone: 9.78 g; Sól: 1.94 g; Sód: 345.50 mg; Błonnik: 19.79 g; W tym cukry: 37.75 g; WW: 27.06 Por; Potas: 2554.48 mg; Wapń: 335.03 mg; Fosfor: 812.57 mg; Żelazo: 5.49 mg; Magnez: 147.96 mg;

wtorek 2025-08-05Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g ,
II Śniadanie: Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasztet drobiowy zapiekany 50g , Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Arbuz 100g , Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2094.30 kcal; Białko ogółem: 79.23 g; Tłuszcz ogółem: 79.89 g; Węglowodany ogółem: 281.45 g; Kw. tł. nasycone: 17.06 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1340.72 mg; Błonnik: 20.54 g; W tym cukry: 35.80 g; WW: 28.35 Por; Potas: 3007.04 mg; Wapń: 174.79 mg; Fosfor: 863.30 mg; Żelazo: 11.08 mg; Magnez: 204.45 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-08-05Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa kapuśniak z mieszanej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto warzywne i groszkiem zielonym (wege) 300g (<i>GLU, SEL</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbus 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1958.82 kcal; Białko ogółem: 65.54 g; Tłuszcz ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 268.56 g; Kw. tł. nasycone: 14.41 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1981.79 mg; Błonnik: 32.77 g; W tym cukry: 52.22 g; WW: 26.97 Por; Potas: 2630.16 mg; Wapń: 797.55 mg; Fosfor: 1154.21 mg; Żelazo: 10.05 mg; Magnez: 264.21 mg;

wtorek 2025-08-05Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),	Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń na mleku roślinnym b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1887.53 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz ogółem: 49.08 g; Węglowodany ogółem: 273.42 g; Kw. tł. nasycone: 4.13 g; Sól: 0.98 g; Sód: 387.06 mg; Błonnik: 18.76 g; W tym cukry: 54.60 g; WW: 27.61 Por; Potas: 3891.07 mg; Wapń: 163.08 mg; Fosfor: 1195.53 mg; Żelazo: 6.58 mg; Magnez: 257.44 mg;

wtorek 2025-08-05Jadłospis 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbus 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1989.91 kcal; Białko ogółem: 79.57 g; Tłuszcz ogółem: 44.16 g; Węglowodany ogółem: 262.94 g; Kw. tł. nasycone: 10.96 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1156.33 mg; Błonnik: 18.51 g; W tym cukry: 41.14 g; WW: 26.42 Por; Potas: 2244.86 mg; Wapń: 395.29 mg; Fosfor: 959.96 mg; Żelazo: 7.64 mg; Magnez: 179.38 mg;

wtorek 2025-08-05Jadłospis 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>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Arbus 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2075.69 kcal; Białko ogółem: 82.91 g; Tłuszcz ogółem: 46.87 g; Węglowodany ogółem: 285.25 g; Kw. tł. nasycone: 10.66 g; Sól: 2.96 g; Sód: 1094.62 mg; Błonnik: 19.42 g; W tym cukry: 41.90 g; WW: 28.71 Por; Potas: 3038.26 mg; Wapń: 401.72 mg; Fosfor: 1040.66 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 213.86 mg;

wtorek 2025-08-05Jadłospis 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 złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbus 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1971.43 kcal; Białko ogółem: 88.85 g; Tłuszcz ogółem: 47.48 g; Węglowodany ogółem: 253.71 g; Kw. tł. nasycone: 11.57 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1370.79 mg; Błonnik: 29.57 g; W tym cukry: 37.04 g; WW: 25.47 Por; Potas: 3358.68 mg; Wapń: 497.80 mg; Fosfor: 1340.43 mg; Żelazo: 11.35 mg; Magnez: 323.05 mg;

wtorek 2025-08-05Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Cykoria 10g ,
II Śniadanie: Sok warzywny 300ml 1szt ,		Posiłek nocny: Arbus 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1784.27 kcal; Białko ogółem: 55.89 g; Tłuszcz ogółem: 72.57 g; Węglowodany ogółem: 238.15 g; Kw. tł. nasycone: 11.03 g; Sól: 2.75 g; Sód: 501.82 mg; Błonnik: 20.59 g; W tym cukry: 31.59 g; WW: 23.95 Por; Potas: 2503.05 mg; Wapń: 114.45 mg; Fosfor: 582.90 mg; Żelazo: 5.44 mg; Magnez: 132.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-08-06 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ketchup 10g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Galaretką z owocami 200g ,	Posiłek nocny: Jabłko 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2581.27 kcal; Białko ogółem: 80.37 g; Tłuszcz ogółem: 78.88 g; Węglowodany ogółem: 334.20 g; Kw. tł. nasycone: 26.43 g; Sól: 6.19 g; Sód: 2109.42 mg; Błonnik: 37.78 g; W tym cukry: 73.49 g; WW: 33.52 Por; Potas: 4041.32 mg; Wapń: 513.07 mg; Fosfor: 1359.47 mg; Żelazo: 13.80 mg; Magnez: 351.00 mg;

środa 2025-08-06 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 10g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa warzywna z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Sok warzywny 300ml 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.32 kcal; Białko ogółem: 81.57 g; Tłuszcz ogółem: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 269.38 g; Kw. tł. nasycone: 24.70 g; Sól: 6.76 g; Sód: 2369.60 mg; Błonnik: 37.95 g; W tym cukry: 42.96 g; WW: 27.11 Por; Potas: 4230.37 mg; Wapń: 603.37 mg; Fosfor: 1458.12 mg; Żelazo: 13.87 mg; Magnez: 393.75 mg;

środa 2025-08-06 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, 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>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Sałata masłowa 10g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.97 kcal; Białko ogółem: 72.84 g; Tłuszcz ogółem: 41.51 g; Węglowodany ogółem: 322.68 g; Kw. tł. nasycone: 9.73 g; Sól: 5.73 g; Sód: 1856.72 mg; Błonnik: 22.28 g; W tym cukry: 41.82 g; WW: 32.53 Por; Potas: 3346.87 mg; Wapń: 424.92 mg; Fosfor: 991.99 mg; Żelazo: 10.43 mg; Magnez: 284.06 mg;

środa 2025-08-06 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Sos koperkowy 70ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2009.57 kcal; Białko ogółem: 73.88 g; Tłuszcz ogółem: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 312.90 g; Kw. tł. nasycone: 7.58 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1856.72 mg; Błonnik: 22.28 g; W tym cukry: 41.82 g; WW: 31.53 Por; Potas: 3346.87 mg; Wapń: 424.92 mg; Fosfor: 991.99 mg; Żelazo: 10.43 mg; Magnez: 284.06 mg;

środa 2025-08-06 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>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1788.67 kcal; Białko ogółem: 46.77 g; Tłuszcz ogółem: 40.45 g; Węglowodany ogółem: 264.14 g; Kw. tł. nasycone: 6.43 g; Sól: 3.56 g; Sód: 1029.72 mg; Błonnik: 24.01 g; W tym cukry: 31.80 g; WW: 26.61 Por; Potas: 2797.67 mg; Wapń: 198.72 mg; Fosfor: 585.09 mg; Żelazo: 6.91 mg; Magnez: 191.36 mg;

środa 2025-08-06 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 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Banan 1szt ,
---	--	------------------------------------

Wartości odżywcze: Kcal: 2218.77 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 335.60 g; Kw. tł. nasycone: 16.57 g; Sól: 1.48 g; Sód: 550.91 mg; Błonnik: 19.87 g; W tym cukry: 128.41 g; WW: 33.93 Por; Potas: 4857.15 mg; Wapń: 827.26 mg; Fosfor: 1486.43 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 347.09 mg;

środa 2025-08-06 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>), Twaróg (papka) 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Marchewka duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2031.64 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz ogółem: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 310.31 g; Kw. tł. nasycone: 11.08 g; Sól: 3.19 g; Sód: 1213.46 mg; Błonnik: 26.39 g; W tym cukry: 43.47 g; WW: 31.35 Por; Potas: 3327.11 mg; Wapń: 596.58 mg; Fosfor: 1175.02 mg; Żelazo: 9.99 mg; Magnez: 272.60 mg;

środa 2025-08-06 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Sos koperkowy 70ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.67 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz ogółem: 47.49 g; Węglowodany ogółem: 325.32 g; Kw. tł. nasycone: 11.08 g; Sól: 5.88 g; Sód: 1914.92 mg; Błonnik: 22.97 g; W tym cukry: 46.92 g; WW: 32.79 Por; Potas: 3545.67 mg; Wapń: 565.52 mg; Fosfor: 1259.89 mg; Żelazo: 11.03 mg; Magnez: 310.16 mg;

środa 2025-08-06 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 50g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1879.55 kcal; Białko ogółem: 64.34 g; Tłuszcz ogółem: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 281.92 g; Kw. tł. nasycone: 5.93 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1432.38 mg; Błonnik: 19.39 g; W tym cukry: 32.86 g; WW: 28.41 Por; Potas: 2836.81 mg; Wapń: 215.40 mg; Fosfor: 709.51 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 202.02 mg;

środa 2025-08-06 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glutenu 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1939.06 kcal; Białko ogółem: 57.51 g; Tłuszcz ogółem: 43.47 g; Węglowodany ogółem: 283.68 g; Kw. tł. nasycone: 8.04 g; Sól: 3.72 g; Sód: 1051.56 mg; Błonnik: 24.62 g; W tym cukry: 39.75 g; WW: 28.55 Por; Potas: 3021.17 mg; Wapń: 377.51 mg; Fosfor: 691.71 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 205.54 mg;

środa 2025-08-06 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta drobiowa 50g , Miód sztukowy 25g 1szt , Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2150.63 kcal; Białko ogółem: 71.22 g; Tłuszcz ogółem: 65.75 g; Węglowodany ogółem: 332.74 g; Kw. tł. nasycone: 14.24 g; Sól: 5.63 g; Sód: 1941.05 mg; Błonnik: 24.59 g; W tym cukry: 72.13 g; WW: 33.68 Por; Potas: 4025.18 mg; Wapń: 236.52 mg; Fosfor: 889.08 mg; Żelazo: 10.80 mg; Magnez: 312.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-08-06		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica wieprzowa 40g , Salata maslowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glutenu 100g (JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB, SEL), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1963.18 kcal; Białko ogółem: 50.21 g; Tłuszcz ogółem: 66.63 g; Węglowodany ogółem: 299.02 g; Kw. tł. nasycone: 14.20 g; Sól: 3.21 g; Sód: 973.79 mg; Błonnik: 28.02 g; W tym cukry: 69.52 g; WW: 30.25 Por; Potas: 3557.68 mg; Wapń: 190.74 mg; Fosfor: 584.79 mg; Żelazo: 7.48 mg; Magnez: 251.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka Colesław z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka konserwowa 50g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 50g (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2429.96 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz ogółem: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 347.20 g; Kw. tł. nasycone: 18.25 g; Sól: 7.66 g; Sód: 2526.95 mg; Błonnik: 36.44 g; W tym cukry: 68.23 g; WW: 34.77 Por; Potas: 3319.82 mg; Wapń: 829.45 mg; Fosfor: 1558.82 mg; Żelazo: 11.81 mg; Magnez: 337.62 mg;

czwartek 2025-08-07 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>), Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Surówka Colesław z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka konserwowa 50g , 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: 2077.16 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Tłuszcz ogółem: 47.18 g; Węglowodany ogółem: 290.68 g; Kw. tł. nasycone: 15.30 g; Sól: 7.82 g; Sód: 2621.35 mg; Błonnik: 44.00 g; W tym cukry: 47.92 g; WW: 29.14 Por; Potas: 3625.62 mg; Wapń: 917.65 mg; Fosfor: 1789.32 mg; Żelazo: 12.85 mg; Magnez: 465.02 mg;

czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Banan 1szt , Rukola 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2417.26 kcal; Białko ogółem: 80.27 g; Tłuszcz ogółem: 46.38 g; Węglowodany ogółem: 390.89 g; Kw. tł. nasycone: 23.72 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1350.42 mg; Błonnik: 28.38 g; W tym cukry: 91.71 g; WW: 39.36 Por; Potas: 3817.49 mg; Wapń: 438.42 mg; Fosfor: 1103.69 mg; Żelazo: 9.48 mg; Magnez: 302.26 mg;

czwartek 2025-08-07 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 ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Rukola 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2312.86 kcal; Białko ogółem: 81.31 g; Tłuszcz ogółem: 46.06 g; Węglowodany ogółem: 381.11 g; Kw. tł. nasycone: 21.57 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1350.42 mg; Błonnik: 28.38 g; W tym cukry: 91.71 g; WW: 38.36 Por; Potas: 3817.49 mg; Wapń: 438.42 mg; Fosfor: 1103.69 mg; Żelazo: 9.48 mg; Magnez: 302.26 mg;

czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Banan 1szt , Rukola 10g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2340.46 kcal; Białko ogółem: 78.23 g; Tłuszcz ogółem: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 390.41 g; Kw. tł. nasycone: 18.72 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1271.22 mg; Błonnik: 28.38 g; W tym cukry: 91.29 g; WW: 39.32 Por; Potas: 3804.29 mg; Wapń: 427.42 mg; Fosfor: 1079.09 mg; Żelazo: 9.44 mg; Magnez: 300.66 mg;

czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 200ml 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2346.41 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz ogółem: 65.66 g; Węglowodany ogółem: 294.63 g; Kw. tł. nasycone: 21.00 g; Sól: 1.46 g; Sód: 451.58 mg; Błonnik: 20.20 g; W tym cukry: 76.20 g; WW: 29.83 Por; Potas: 4273.95 mg; Wapń: 564.21 mg; Fosfor: 1262.13 mg; Żelazo: 6.78 mg; Magnez: 313.46 mg;

czwartek 2025-08-07 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 z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa ziemniaczana (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko (papka) 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem (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>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2119.92 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz ogółem: 39.57 g; Węglowodany ogółem: 322.23 g; Kw. tł. nasycone: 19.77 g; Sól: 4.54 g; Sód: 1287.75 mg; Błonnik: 26.21 g; W tym cukry: 55.15 g; WW: 32.42 Por; Potas: 3360.55 mg; Wapń: 569.30 mg; Fosfor: 1145.70 mg; Żelazo: 9.39 mg; Magnez: 260.86 mg;

czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Rukola 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 80g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.36 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz ogółem: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 386.01 g; Kw. tł. nasycone: 11.76 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1452.02 mg; Błonnik: 28.38 g; W tym cukry: 95.80 g; WW: 38.86 Por; Potas: 3932.29 mg; Wapń: 544.62 mg; Fosfor: 1323.49 mg; Żelazo: 9.60 mg; Magnez: 311.06 mg;

czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g , Dżem szt - 25g 1szt , Rukola 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1920.28 kcal; Białko ogółem: 67.45 g; Tłuszcz ogółem: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 290.96 g; Kw. tł. nasycone: 15.20 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1131.75 mg; Błonnik: 17.63 g; W tym cukry: 39.51 g; WW: 29.14 Por; Potas: 2553.02 mg; Wapń: 178.30 mg; Fosfor: 809.15 mg; Żelazo: 7.28 mg; Magnez: 184.21 mg;

czwartek 2025-08-07 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 ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Banan 1szt , Rukola 10g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli i b/glu 180g (<i>SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2331.66 kcal; Białko ogółem: 66.40 g; Tłuszcz ogółem: 53.27 g; Węglowodany ogółem: 362.04 g; Kw. tł. nasycone: 22.53 g; Sól: 2.97 g; Sód: 591.12 mg; Błonnik: 31.38 g; W tym cukry: 89.14 g; WW: 36.39 Por; Potas: 3507.49 mg; Wapń: 401.47 mg; Fosfor: 889.29 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 251.81 mg;

czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Rukola 10g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 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 10 g 20g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2152.22 kcal; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz ogółem: 47.36 g; Węglowodany ogółem: 371.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 4.98 g; Sód: 1193.90 mg; Błonnik: 28.73 g; W tym cukry: 85.45 g; WW: 37.47 Por; Potas: 4005.03 mg; Wapń: 230.83 mg; Fosfor: 992.92 mg; Żelazo: 9.76 mg; Magnez: 298.18 mg;

czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , Rukola 10g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z fasolą b/mięsa wege 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , 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>), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.04 kcal; Białko ogółem: 57.41 g; Tłuszcz ogółem: 50.86 g; Węglowodany ogółem: 312.53 g; Kw. tł. nasycone: 22.59 g; Sól: 5.82 g; Sód: 2239.37 mg; Błonnik: 37.19 g; W tym cukry: 55.46 g; WW: 31.32 Por; Potas: 2767.67 mg; Wapń: 738.03 mg; Fosfor: 1151.17 mg; Żelazo: 9.29 mg; Magnez: 277.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-08-07			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (SEL),		Płynna obiadowa 400ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna b/ml (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Budyń na mleku roślinnym b/ml 200ml ,		Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1919.15 kcal; Białko ogółem: 92.10 g; Tłuszcz ogółem: 45.82 g; Węglowodany ogółem: 296.09 g; Kw. tł. nasycone: 4.05 g; Sól: 0.92 g; Sód: 364.32 mg; Błonnik: 21.02 g; W tym cukry: 92.18 g; WW: 29.98 Por; Potas: 4449.62 mg; Wapń: 165.68 mg; Fosfor: 1157.30 mg; Żelazo: 7.00 mg; Magnez: 307.34 mg;

czwartek 2025-08-07			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Banan 1szt , Dżem szt- 25g 1szt, Rukola 10g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli i b/soli 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2237.26 kcal; Białko ogółem: 76.22 g; Tłuszcz ogółem: 38.75 g; Węglowodany ogółem: 366.74 g; Kw. tł. nasycone: 18.67 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1269.42 mg; Błonnik: 27.66 g; W tym cukry: 91.23 g; WW: 36.95 Por; Potas: 3770.99 mg; Wapń: 424.42 mg; Fosfor: 1038.59 mg; Żelazo: 9.20 mg; Magnez: 296.76 mg;

czwartek 2025-08-07			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Banan 1szt , Rukola 10g , Dżem szt- 25g 1szt ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.06 kcal; Białko ogółem: 78.17 g; Tłuszcz ogółem: 38.14 g; Węglowodany ogółem: 390.33 g; Kw. tł. nasycone: 18.17 g; Sól: 4.66 g; Sód: 1271.22 mg; Błonnik: 28.38 g; W tym cukry: 91.29 g; WW: 39.32 Por; Potas: 3804.29 mg; Wapń: 427.42 mg; Fosfor: 1079.09 mg; Żelazo: 9.44 mg; Magnez: 300.66 mg;

czwartek 2025-08-07			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Ogórek kiszony 100g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (GLU, SEL), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka Coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 30g (MLE), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,	
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2093.24 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz ogółem: 42.14 g; Węglowodany ogółem: 308.37 g; Kw. tł. nasycone: 19.02 g; Sól: 7.16 g; Sód: 2264.24 mg; Błonnik: 42.59 g; W tym cukry: 57.86 g; WW: 31.04 Por; Potas: 3594.26 mg; Wapń: 627.68 mg; Fosfor: 1550.40 mg; Żelazo: 12.36 mg; Magnez: 465.56 mg;

czwartek 2025-08-07			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 10g , Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Dżem szt- 25g 1szt , Banan 1szt , Rukola 10g ,		Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli i b/glu 180g (SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 30g ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Gruszka 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.60 kcal; Białko ogółem: 66.59 g; Tłuszcz ogółem: 49.01 g; Węglowodany ogółem: 349.65 g; Kw. tł. nasycone: 11.70 g; Sól: 2.99 g; Sód: 320.34 mg; Błonnik: 32.72 g; W tym cukry: 82.11 g; WW: 35.23 Por; Potas: 3678.59 mg; Wapń: 193.40 mg; Fosfor: 813.50 mg; Żelazo: 7.05 mg; Magnez: 254.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba smażona w panierce (miruna) 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , 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>), Arbuz 100g ,	Podwieczorek: Biskopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2308.02 kcal; Białko ogółem: 83.81 g; Tłuszcz ogółem: 50.55 g; Węglowodany ogółem: 303.90 g; Kw. tł. nasycone: 11.77 g; Sól: 5.27 g; Sód: 1536.62 mg; Błonnik: 37.52 g; W tym cukry: 71.98 g; WW: 30.40 Por; Potas: 3463.07 mg; Wapń: 550.90 mg; Fosfor: 1041.68 mg; Żelazo: 10.33 mg; Magnez: 264.43 mg;

piątek 2025-08-08 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>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 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>), Arbuz 100g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1801.71 kcal; Białko ogółem: 81.34 g; Tłuszcz ogółem: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 264.41 g; Kw. tł. nasycone: 8.82 g; Sól: 5.06 g; Sód: 1528.04 mg; Błonnik: 41.64 g; W tym cukry: 52.11 g; WW: 26.41 Por; Potas: 3757.53 mg; Wapń: 596.04 mg; Fosfor: 1177.69 mg; Żelazo: 11.64 mg; Magnez: 335.12 mg;

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 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>), Twarożek z koperkiem 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1906.07 kcal; Białko ogółem: 81.19 g; Tłuszcz ogółem: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 316.37 g; Kw. tł. nasycone: 9.57 g; Sól: 4.43 g; Sód: 1120.73 mg; Błonnik: 25.35 g; W tym cukry: 79.93 g; WW: 31.95 Por; Potas: 3293.58 mg; Wapń: 558.65 mg; Fosfor: 836.77 mg; Żelazo: 8.91 mg; Magnez: 205.88 mg;

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 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>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Cykoria 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1827.98 kcal; Białko ogółem: 80.74 g; Tłuszcz ogółem: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 306.27 g; Kw. tł. nasycone: 7.47 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1117.14 mg; Błonnik: 25.32 g; W tym cukry: 79.67 g; WW: 30.91 Por; Potas: 3280.58 mg; Wapń: 550.49 mg; Fosfor: 818.10 mg; Żelazo: 8.87 mg; Magnez: 205.02 mg;

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 70g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Twarożek z koperkiem 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1710.74 kcal; Białko ogółem: 54.10 g; Tłuszcz ogółem: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 284.47 g; Kw. tł. nasycone: 7.84 g; Sól: 2.41 g; Sód: 355.11 mg; Błonnik: 28.92 g; W tym cukry: 76.84 g; WW: 28.69 Por; Potas: 3024.55 mg; Wapń: 505.01 mg; Fosfor: 646.58 mg; Żelazo: 6.47 mg; Magnez: 165.83 mg;

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Płynna śniadaniowa 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biskoptami i masłem (mix g.budyńni) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2168.33 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz ogółem: 66.48 g; Węglowodany ogółem: 267.10 g; Kw. tł. nasycone: 20.93 g; Sól: 1.69 g; Sód: 549.80 mg; Błonnik: 16.77 g; W tym cukry: 75.22 g; WW: 26.98 Por; Potas: 3883.45 mg; Wapń: 837.79 mg; Fosfor: 1462.64 mg; Żelazo: 6.16 mg; Magnez: 277.27 mg;

piątek 2025-08-08Jadłospis 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>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa selerowa z ryżem (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 70g (<i>RYB</i>), Ziemniaki puree 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1786.85 kcal; Białko ogółem: 75.10 g; Tłuszcz ogółem: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 289.84 g; Kw. tł. nasycone: 8.78 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1056.37 mg; Błonnik: 25.84 g; W tym cukry: 61.28 g; WW: 29.37 Por; Potas: 2809.52 mg; Wapń: 538.89 mg; Fosfor: 836.32 mg; Żelazo: 7.77 mg; Magnez: 194.64 mg;

piątek 2025-08-08Jadłospis 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>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 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>), Twarożek z koperkiem 60g (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Cykorja 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2020.80 kcal; Białko ogółem: 86.25 g; Tłuszcz ogółem: 36.48 g; Węglowodany ogółem: 298.88 g; Kw. tł. nasycone: 17.97 g; Sól: 4.82 g; Sód: 1279.13 mg; Błonnik: 25.35 g; W tym cukry: 80.77 g; WW: 30.13 Por; Potas: 3319.98 mg; Wapń: 580.65 mg; Fosfor: 885.97 mg; Żelazo: 8.99 mg; Magnez: 209.08 mg;

piątek 2025-08-08Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1660.56 kcal; Białko ogółem: 69.73 g; Tłuszcz ogółem: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 268.34 g; Kw. tł. nasycone: 4.71 g; Sól: 4.02 g; Sód: 959.83 mg; Błonnik: 20.88 g; W tym cukry: 59.06 g; WW: 27.08 Por; Potas: 2521.51 mg; Wapń: 242.08 mg; Fosfor: 547.32 mg; Żelazo: 7.83 mg; Magnez: 157.69 mg;

piątek 2025-08-08Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 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>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Cykorja 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1691.28 kcal; Białko ogółem: 57.58 g; Tłuszcz ogółem: 24.22 g; Węglowodany ogółem: 275.25 g; Kw. tł. nasycone: 5.81 g; Sól: 2.28 g; Sód: 265.14 mg; Błonnik: 28.60 g; W tym cukry: 64.77 g; WW: 27.74 Por; Potas: 2720.08 mg; Wapń: 250.49 mg; Fosfor: 441.10 mg; Żelazo: 6.52 mg; Magnez: 141.02 mg;

piątek 2025-08-08Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 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 10 g 20g , Pasta drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Cykorja 10g ,
II Śniadanie: Sok warzywny 300ml 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Pomarańcza 1/2szt 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1773.16 kcal; Białko ogółem: 72.93 g; Tłuszcz ogółem: 46.22 g; Węglowodany ogółem: 287.80 g; Kw. tł. nasycone: 11.28 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1267.84 mg; Błonnik: 26.82 g; W tym cukry: 68.79 g; WW: 29.10 Por; Potas: 3412.08 mg; Wapń: 258.67 mg; Fosfor: 653.28 mg; Żelazo: 9.65 mg; Magnez: 201.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-08-08 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>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kotlet jajeczny smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1982.89 kcal; Białko ogółem: 62.37 g; Tłuszcz ogółem: 49.02 g; Węglowodany ogółem: 285.84 g; Kw. tł. nasycone: 11.61 g; Sól: 5.36 g; Sód: 1391.24 mg; Błonnik: 35.91 g; W tym cukry: 73.12 g; WW: 28.61 Por; Potas: 3439.79 mg; Wapń: 569.08 mg; Fosfor: 989.62 mg; Żelazo: 9.77 mg; Magnez: 253.87 mg;

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml (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 na mleku roślinnym b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2221.50 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz ogółem: 54.27 g; Węglowodany ogółem: 333.30 g; Kw. tł. nasycone: 4.84 g; Sól: 1.08 g; Sód: 428.15 mg; Błonnik: 24.26 g; W tym cukry: 49.00 g; WW: 33.62 Por; Potas: 4514.30 mg; Wapń: 208.04 mg; Fosfor: 1391.92 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 296.98 mg;

piątek 2025-08-08 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 miodowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa selerowa z ryżem b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 70g (<i>RYB</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 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>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1868.79 kcal; Białko ogółem: 74.06 g; Tłuszcz ogółem: 20.22 g; Węglowodany ogółem: 310.22 g; Kw. tł. nasycone: 9.33 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1140.63 mg; Błonnik: 26.33 g; W tym cukry: 81.23 g; WW: 31.31 Por; Potas: 3379.64 mg; Wapń: 574.58 mg; Fosfor: 847.84 mg; Żelazo: 9.02 mg; Magnez: 211.40 mg;

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 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>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Cykoria 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.11 kcal; Białko ogółem: 79.52 g; Tłuszcz ogółem: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; Kw. tł. nasycone: 9.05 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1117.14 mg; Błonnik: 25.32 g; W tym cukry: 79.67 g; WW: 31.01 Por; Potas: 3280.58 mg; Wapń: 550.49 mg; Fosfor: 818.10 mg; Żelazo: 8.87 mg; Magnez: 205.02 mg;

piątek 2025-08-08 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>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Cykoria 10g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka i twarogu z koperkiem 40g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1867.17 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz ogółem: 32.00 g; Węglowodany ogółem: 266.16 g; Kw. tł. nasycone: 9.18 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1505.48 mg; Błonnik: 38.71 g; W tym cukry: 51.75 g; WW: 26.68 Por; Potas: 3734.68 mg; Wapń: 627.49 mg; Fosfor: 1162.77 mg; Żelazo: 11.95 mg; Magnez: 318.13 mg;

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta drobiowa 50g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Cykoria 10g ,
II Śniadanie: Sok warzywny 300ml 1szt ,		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1707.57 kcal; Białko ogółem: 57.52 g; Tłuszcz ogółem: 50.22 g; Węglowodany ogółem: 273.14 g; Kw. tł. nasycone: 11.37 g; Sól: 2.98 g; Sód: 500.77 mg; Błonnik: 30.61 g; W tym cukry: 66.68 g; WW: 27.59 Por; Potas: 3152.57 mg; Wapń: 227.11 mg; Fosfor: 483.88 mg; Żelazo: 7.36 mg; Magnez: 163.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-08-09 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2279.56 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz ogółem: 49.77 g; Węglowodany ogółem: 315.14 g; Kw. tł. nasycone: 18.43 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1987.66 mg; Błonnik: 39.24 g; W tym cukry: 88.64 g; WW: 31.54 Por; Potas: 3922.60 mg; Wapń: 869.28 mg; Fosfor: 1510.44 mg; Żelazo: 11.25 mg; Magnez: 330.11 mg;

sobota 2025-08-09 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa jarzynowa z brązowym ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Salata 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: 1894.18 kcal; Białko ogółem: 89.24 g; Tłuszcz ogółem: 45.07 g; Węglowodany ogółem: 251.96 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 6.22 g; Sód: 2023.89 mg; Błonnik: 38.64 g; W tym cukry: 43.09 g; WW: 25.29 Por; Potas: 3605.05 mg; Wapń: 855.94 mg; Fosfor: 1583.04 mg; Żelazo: 11.46 mg; Magnez: 374.55 mg;

sobota 2025-08-09 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>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szyntelesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2018.19 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 290.68 g; Kw. tł. nasycone: 13.14 g; Sól: 5.83 g; Sód: 1796.53 mg; Błonnik: 23.40 g; W tym cukry: 63.26 g; WW: 29.19 Por; Potas: 3634.98 mg; Wapń: 539.28 mg; Fosfor: 1118.59 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 274.56 mg;

sobota 2025-08-09 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>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szyntelesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1905.74 kcal; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz ogółem: 37.60 g; Węglowodany ogółem: 280.32 g; Kw. tł. nasycone: 10.92 g; Sól: 5.60 g; Sód: 1796.53 mg; Błonnik: 23.40 g; W tym cukry: 63.20 g; WW: 28.13 Por; Potas: 3634.98 mg; Wapń: 539.28 mg; Fosfor: 1118.59 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 274.56 mg;

sobota 2025-08-09 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1695.71 kcal; Białko ogółem: 53.51 g; Tłuszcz ogółem: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 243.61 g; Kw. tł. nasycone: 9.21 g; Sól: 2.94 g; Sód: 933.16 mg; Błonnik: 26.68 g; W tym cukry: 48.20 g; WW: 24.42 Por; Potas: 2999.61 mg; Wapń: 238.30 mg; Fosfor: 692.00 mg; Żelazo: 5.84 mg; Magnez: 203.70 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-08-09			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, MLE, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.46 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz ogółem: 63.10 g; Węglowodany ogółem: 260.64 g; Kw. tł. nasycone: 19.43 g; Sól: 1.42 g; Sód: 484.53 mg; Błonnik: 17.76 g; W tym cukry: 62.52 g; WW: 26.38 Por; Potas: 3745.70 mg; Wapń: 638.56 mg; Fosfor: 1282.68 mg; Żelazo: 5.86 mg; Magnez: 264.41 mg;

sobota 2025-08-09			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Pasta warzywna 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) (papka) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki (papka) 200g , Marchewka duszona (papka) 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg (papka) 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
		Posiłek nocny: Salátka owocowa z jabłka, gruszek i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.39 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz ogółem: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 297.61 g; Kw. tł. nasycone: 12.62 g; Sól: 3.19 g; Sód: 1169.53 mg; Błonnik: 24.63 g; W tym cukry: 67.91 g; WW: 30.00 Por; Potas: 3751.51 mg; Wapń: 557.26 mg; Fosfor: 1175.27 mg; Żelazo: 9.44 mg; Magnez: 254.32 mg;

sobota 2025-08-09			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Szyńka delikatesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka owocowa z jabłka, gruszek i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2062.94 kcal; Białko ogółem: 96.01 g; Tłuszcz ogółem: 39.80 g; Węglowodany ogółem: 291.59 g; Kw. tł. nasycone: 14.19 g; Sól: 5.65 g; Sód: 1814.13 mg; Błonnik: 23.40 g; W tym cukry: 64.48 g; WW: 29.29 Por; Potas: 3680.18 mg; Wapń: 576.88 mg; Fosfor: 1209.39 mg; Żelazo: 8.35 mg; Magnez: 278.16 mg;

sobota 2025-08-09			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ser mozzarella 30g (MLE), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka owocowa z jabłka, gruszek i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1897.59 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz ogółem: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 277.20 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 3.43 g; Sód: 1085.78 mg; Błonnik: 21.19 g; W tym cukry: 63.89 g; WW: 27.83 Por; Potas: 3470.63 mg; Wapń: 485.33 mg; Fosfor: 1056.69 mg; Żelazo: 8.07 mg; Magnez: 219.81 mg;

sobota 2025-08-09			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka owocowa z jabłka, gruszek i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1799.47 kcal; Białko ogółem: 65.87 g; Tłuszcz ogółem: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 254.02 g; Kw. tł. nasycone: 9.85 g; Sól: 3.09 g; Sód: 953.44 mg; Błonnik: 26.55 g; W tym cukry: 48.81 g; WW: 25.46 Por; Potas: 3088.92 mg; Wapń: 256.94 mg; Fosfor: 781.47 mg; Żelazo: 5.88 mg; Magnez: 211.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-08-09			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Jajko got. krojone ze szczypiorkiem 1szt (<i>JAJ</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta drobiowa 60g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,			
II Śniadanie: Bulka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1934.65 kcal; Białko ogółem: 83.87 g; Tłuszcz ogółem: 59.72 g; Węglowodany ogółem: 279.69 g; Kw. tł. nasycone: 13.48 g; Sól: 6.30 g; Sód: 1864.27 mg; Błonnik: 24.74 g; W tym cukry: 52.02 g; WW: 28.12 Por; Potas: 3695.43 mg; Wapń: 248.37 mg; Fosfor: 964.14 mg; Żelazo: 9.24 mg; Magnez: 271.34 mg;

sobota 2025-08-09			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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ser topiony 1szt (<i>MLE</i>), Papryka konserwowa 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2134.76 kcal; Białko ogółem: 67.80 g; Tłuszcz ogółem: 58.72 g; Węglowodany ogółem: 298.83 g; Kw. tł. nasycone: 19.52 g; Sól: 7.78 g; Sód: 2597.97 mg; Błonnik: 36.69 g; W tym cukry: 60.08 g; WW: 29.97 Por; Potas: 3081.51 mg; Wapń: 917.85 mg; Fosfor: 1249.07 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 303.15 mg;

sobota 2025-08-09			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Płynna śniadaniowa b/ml (na wywarze mięsny) 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna b/ml na wywarze mięsny 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),			
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,		Podwieczorek: Budyń waniliowy z owocami na ml. roślinnym 200ml (<i>SOJ</i>),	
		Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1938.89 kcal; Białko ogółem: 88.66 g; Tłuszcz ogółem: 65.13 g; Węglowodany ogółem: 249.72 g; Kw. tł. nasycone: 7.12 g; Sól: 1.11 g; Sód: 300.38 mg; Błonnik: 18.48 g; W tym cukry: 50.02 g; WW: 25.28 Por; Potas: 3072.75 mg; Wapń: 183.61 mg; Fosfor: 945.18 mg; Żelazo: 5.66 mg; Magnez: 209.29 mg;

sobota 2025-08-09			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2089.86 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; Tłuszcz ogółem: 38.48 g; Węglowodany ogółem: 307.88 g; Kw. tł. nasycone: 13.16 g; Sól: 3.67 g; Sód: 1185.27 mg; Błonnik: 25.59 g; W tym cukry: 71.33 g; WW: 30.97 Por; Potas: 4100.76 mg; Wapń: 586.54 mg; Fosfor: 1234.14 mg; Żelazo: 9.82 mg; Magnez: 267.31 mg;

sobota 2025-08-09			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salatką owocowa z jabłka, gruszki i arbuza 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1953.21 kcal; Białko ogółem: 85.60 g; Tłuszcz ogółem: 36.73 g; Węglowodany ogółem: 305.93 g; Kw. tł. nasycone: 12.29 g; Sól: 3.57 g; Sód: 1145.53 mg; Błonnik: 25.10 g; W tym cukry: 70.00 g; WW: 30.79 Por; Potas: 3883.98 mg; Wapń: 562.28 mg; Fosfor: 1108.59 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 248.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-08-09 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salata maslowa 20g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , 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: 1843.05 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz ogółem: 36.44 g; Węglowodany ogółem: 252.15 g; Kw. tł. nasycone: 11.56 g; Sól: 6.69 g; Sód: 2050.68 mg; Błonnik: 33.46 g; W tym cukry: 42.82 g; WW: 25.38 Por; Potas: 3583.54 mg; Wapń: 553.18 mg; Fosfor: 1359.30 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 370.89 mg;

sobota 2025-08-09 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta drobiowa 50g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/glu 60ml , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka owocowa z jabłka, gruszek i arbuza 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1822.14 kcal; Białko ogółem: 63.70 g; Tłuszcz ogółem: 64.27 g; Węglowodany ogółem: 256.29 g; Kw. tł. nasycone: 12.86 g; Sól: 4.59 g; Sód: 983.66 mg; Błonnik: 28.94 g; W tym cukry: 49.27 g; WW: 25.74 Por; Potas: 3393.03 mg; Wapń: 210.59 mg; Fosfor: 766.66 mg; Żelazo: 6.54 mg; Magnez: 225.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), 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 , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Koktajl owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2475.04 kcal; Białko ogółem: 89.74 g; Tłuszcz ogółem: 64.22 g; Węglowodany ogółem: 311.17 g; Kw. tł. nasycone: 21.17 g; Sól: 6.16 g; Sód: 1666.62 mg; Błonnik: 40.21 g; W tym cukry: 71.07 g; WW: 31.22 Por; Potas: 4344.57 mg; Wapń: 590.10 mg; Fosfor: 1224.29 mg; Żelazo: 11.77 mg; Magnez: 313.64 mg;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), 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>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.63 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz ogółem: 55.68 g; Węglowodany ogółem: 250.05 g; Kw. tł. nasycone: 16.52 g; Sól: 5.93 g; Sód: 1691.03 mg; Błonnik: 40.62 g; W tym cukry: 36.11 g; WW: 25.12 Por; Potas: 4142.67 mg; Wapń: 536.82 mg; Fosfor: 1253.19 mg; Żelazo: 12.03 mg; Magnez: 329.56 mg;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos pomidorowy 70ml (<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 złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Koktajl owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2390.99 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz ogółem: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 357.21 g; Kw. tł. nasycone: 13.06 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1051.46 mg; Błonnik: 24.53 g; W tym cukry: 87.56 g; WW: 36.13 Por; Potas: 4118.40 mg; Wapń: 516.96 mg; Fosfor: 941.84 mg; Żelazo: 9.06 mg; Magnez: 279.64 mg;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , 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 złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Koktajl owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2263.86 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz ogółem: 45.84 g; Węglowodany ogółem: 343.98 g; Kw. tł. nasycone: 10.94 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1062.46 mg; Błonnik: 25.43 g; W tym cukry: 86.29 g; WW: 34.72 Por; Potas: 4006.40 mg; Wapń: 501.96 mg; Fosfor: 867.84 mg; Żelazo: 7.96 mg; Magnez: 261.64 mg;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 80g , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</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 20g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pomidor b/skóry 50g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Koktajl owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2247.35 kcal; Białko ogółem: 68.36 g; Tłuszcz ogółem: 49.79 g; Węglowodany ogółem: 336.04 g; Kw. tł. nasycone: 12.80 g; Sól: 2.41 g; Sód: 269.52 mg; Błonnik: 25.73 g; W tym cukry: 82.49 g; WW: 33.91 Por; Potas: 3472.12 mg; Wapń: 443.76 mg; Fosfor: 698.32 mg; Żelazo: 5.92 mg; Magnez: 218.60 mg;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyńniu) 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 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyńniu) 100ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1979.14 kcal; Białko ogółem: 95.72 g; Tłuszcz ogółem: 59.46 g; Węglowodany ogółem: 259.89 g; Kw. tł. nasycone: 17.53 g; Sól: 1.42 g; Sód: 499.96 mg; Błonnik: 16.85 g; W tym cukry: 62.46 g; WW: 26.27 Por; Potas: 3890.00 mg; Wapń: 683.41 mg; Fosfor: 1342.23 mg; Żelazo: 6.21 mg; Magnez: 264.39 mg;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z wędliny z zieleniną 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Rosół z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki (papka) 200g , 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 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1982.91 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz ogółem: 41.16 g; Węglowodany ogółem: 282.35 g; Kw. tł. nasycone: 10.95 g; Sól: 4.00 g; Sód: 1066.42 mg; Błonnik: 25.07 g; W tym cukry: 40.00 g; WW: 28.55 Por; Potas: 3263.08 mg; Wapń: 481.86 mg; Fosfor: 827.49 mg; Żelazo: 7.57 mg; Magnez: 203.35 mg;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , 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 złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2379.33 kcal; Białko ogółem: 102.11 g; Tłuszcz ogółem: 48.01 g; Węglowodany ogółem: 345.49 g; Kw. tł. nasycone: 12.61 g; Sól: 4.10 g; Sód: 1080.06 mg; Błonnik: 25.43 g; W tym cukry: 87.51 g; WW: 34.87 Por; Potas: 4051.60 mg; Wapń: 539.56 mg; Fosfor: 958.64 mg; Żelazo: 8.04 mg; Magnez: 265.24 mg;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</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: Wafle ryżowe 15g , Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>), Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2246.13 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 307.21 g; Kw. tł. nasycone: 13.56 g; Sól: 4.93 g; Sód: 1055.52 mg; Błonnik: 18.21 g; W tym cukry: 53.32 g; WW: 30.87 Por; Potas: 2816.45 mg; Wapń: 471.74 mg; Fosfor: 783.88 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 172.46 mg;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (<i>SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Ziemniaki 200g , 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 złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1974.88 kcal; Białko ogółem: 58.91 g; Tłuszcz ogółem: 42.21 g; Węglowodany ogółem: 294.38 g; Kw. tł. nasycone: 7.01 g; Sól: 2.30 g; Sód: 170.16 mg; Błonnik: 25.02 g; W tym cukry: 61.36 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3273.53 mg; Wapń: 153.92 mg; Fosfor: 508.75 mg; Żelazo: 5.88 mg; Magnez: 196.58 mg;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasta drobiowa 30g , Salata maslowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt , Sok owocowy 200ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.05 kcal; Białko ogółem: 79.75 g; Tłuszcz ogółem: 67.12 g; Węglowodany ogółem: 345.06 g; Kw. tł. nasycone: 14.63 g; Sól: 5.17 g; Sód: 1087.90 mg; Błonnik: 26.96 g; W tym cukry: 80.79 g; WW: 34.96 Por; Potas: 4036.77 mg; Wapń: 216.72 mg; Fosfor: 778.15 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 262.80 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-08-10			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,		Rosół z makaronem b/mięsa 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Koktajl owocowy na maśle 200ml (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.79 kcal; Białko ogółem: 63.62 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 309.18 g; Kw. tł. nasycone: 11.96 g; Sól: 3.61 g; Sód: 1203.59 mg; Błonnik: 38.27 g; W tym cukry: 57.75 g; WW: 31.08 Por; Potas: 3571.33 mg; Wapń: 576.84 mg; Fosfor: 1023.55 mg; Żelazo: 9.71 mg; Magnez: 262.39 mg;

niedziela 2025-08-10			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn		
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml na wywarze mięsnym 500ml (<i>GLU, JAJ</i>),		Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna b/ml z mięsem 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Ryż na mleku roślinnym z jabłkami 200ml ,		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1957.83 kcal; Białko ogółem: 86.97 g; Tłuszcz ogółem: 63.02 g; Węglowodany ogółem: 270.18 g; Kw. tł. nasycone: 6.79 g; Sól: 1.15 g; Sód: 353.35 mg; Błonnik: 17.90 g; W tym cukry: 43.28 g; WW: 27.29 Por; Potas: 3473.13 mg; Wapń: 314.31 mg; Fosfor: 1101.38 mg; Żelazo: 6.37 mg; Magnez: 236.33 mg;

niedziela 2025-08-10			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos pomidorowy b/glu 70ml , Ziemniaki b/soli 200g , Brokuł gotowany na parze b/soli 100g , 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 , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Koktajl owocowy na maśle 200ml (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2351.14 kcal; Białko ogółem: 94.95 g; Tłuszcz ogółem: 46.12 g; Węglowodany ogółem: 349.91 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1063.54 mg; Błonnik: 25.73 g; W tym cukry: 86.64 g; WW: 35.34 Por; Potas: 4062.86 mg; Wapń: 507.73 mg; Fosfor: 872.16 mg; Żelazo: 8.01 mg; Magnez: 264.18 mg;

niedziela 2025-08-10			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , 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 złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Koktajl owocowy na maśle 200ml (<i>MLE</i>), Koktajl owocowy na maśle 200ml (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2387.21 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz ogółem: 52.73 g; Węglowodany ogółem: 371.74 g; Kw. tł. nasycone: 22.32 g; Sól: 4.80 g; Sód: 1145.81 mg; Błonnik: 25.05 g; W tym cukry: 94.69 g; WW: 37.49 Por; Potas: 3621.50 mg; Wapń: 555.91 mg; Fosfor: 748.04 mg; Żelazo: 7.27 mg; Magnez: 245.13 mg;

niedziela 2025-08-10			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,		Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor 100g ,	
II Śniadanie: Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2202.66 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz ogółem: 57.97 g; Węglowodany ogółem: 287.61 g; Kw. tł. nasycone: 17.14 g; Sól: 6.51 g; Sód: 1988.20 mg; Błonnik: 44.91 g; W tym cukry: 37.85 g; WW: 29.02 Por; Potas: 4500.31 mg; Wapń: 590.23 mg; Fosfor: 1396.20 mg; Żelazo: 14.46 mg; Magnez: 389.19 mg;

niedziela 2025-08-10			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Banan 1szt , Cykoria 10g ,		Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (<i>SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos pomidorowy b/glu 70ml , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Pasta drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt , Sok owocowy 200ml 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2176.45 kcal; Białko ogółem: 58.66 g; Tłuszcz ogółem: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 328.31 g; Kw. tł. nasycone: 13.81 g; Sól: 2.36 g; Sód: 216.06 mg; Błonnik: 29.82 g; W tym cukry: 77.95 g; WW: 33.16 Por; Potas: 3769.65 mg; Wapń: 180.89 mg; Fosfor: 601.51 mg; Żelazo: 7.07 mg; Magnez: 220.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów