

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-10-01 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>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 10g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa warzywna z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kottlet 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>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , 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: 2280.56 kcal; Białko ogółem: 89.29 g; Tłuszcz ogółem: 84.28 g; Węglowodany ogółem: 276.95 g; Kw. tł. nasycone: 29.61 g; Sól: 7.09 g; Sód: 2599.80 mg; Błonnik: 38.36 g; W tym cukry: 56.62 g; WW: 27.85 Por; Potas: 4360.10 mg; Wapń: 929.74 mg; Fosfor: 1628.71 mg; Żelazo: 13.92 mg; Magnez: 391.17 mg;

środa 2025-10-01 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>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</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: 2280.65 kcal; Białko ogółem: 82.80 g; Tłuszcz ogółem: 60.68 g; Węglowodany ogółem: 311.16 g; Kw. tł. nasycone: 22.52 g; Sól: 7.21 g; Sód: 2051.86 mg; Błonnik: 22.11 g; W tym cukry: 42.54 g; WW: 31.34 Por; Potas: 3331.63 mg; Wapń: 446.26 mg; Fosfor: 1057.05 mg; Żelazo: 10.40 mg; Magnez: 285.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-10-02 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Surówka Coleslaw 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>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2019.41 kcal; Białko ogółem: 97.09 g; Tłuszcz ogółem: 49.04 g; Węglowodany ogółem: 281.19 g; Kw. tł. nasycone: 16.20 g; Sól: 8.11 g; Sód: 2374.76 mg; Błonnik: 38.90 g; W tym cukry: 53.80 g; WW: 28.10 Por; Potas: 3509.06 mg; Wapń: 1060.86 mg; Fosfor: 1793.67 mg; Żelazo: 11.41 mg; Magnez: 458.53 mg;

czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Banan 1szt , Rukola 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Ryż na sypko 200g , 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>), Szynka delikatkowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2457.39 kcal; Białko ogółem: 85.96 g; Tłuszcz ogółem: 48.77 g; Węglowodany ogółem: 388.47 g; Kw. tł. nasycone: 24.39 g; Sól: 5.79 g; Sód: 1352.35 mg; Błonnik: 25.19 g; W tym cukry: 82.36 g; WW: 39.17 Por; Potas: 3561.93 mg; Wapń: 425.68 mg; Fosfor: 1100.08 mg; Żelazo: 9.04 mg; Magnez: 279.80 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Polędwica miódowa drobiowa 40g , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z kiszonej 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>), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (<i>SOJ</i>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Arbuz 100g ,	Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1599.56 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz ogółem: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 218.98 g; Kw. tł. nasycone: 10.12 g; Sól: 5.63 g; Sód: 1450.90 mg; Błonnik: 35.08 g; W tym cukry: 45.08 g; WW: 21.88 Por; Potas: 3247.23 mg; Wapń: 731.11 mg; Fosfor: 1150.88 mg; Żelazo: 10.28 mg; Magnez: 301.00 mg;

piątek 2025-10-03 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 miódowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Salata masłowa 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>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 40g (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Cykorია 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1890.04 kcal; Białko ogółem: 81.24 g; Tłuszcz ogółem: 20.88 g; Węglowodany ogółem: 313.23 g; Kw. tł. nasycone: 9.12 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1073.51 mg; Błonnik: 25.09 g; W tym cukry: 76.54 g; WW: 31.58 Por; Potas: 3303.58 mg; Wapń: 519.60 mg; Fosfor: 814.72 mg; Żelazo: 7.93 mg; Magnez: 200.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek świeży 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 100g , 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>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1762.24 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz ogółem: 45.49 g; Węglowodany ogółem: 228.47 g; Kw. tł. nasycone: 17.00 g; Sól: 6.11 g; Sód: 1654.16 mg; Błonnik: 34.30 g; W tym cukry: 53.64 g; WW: 22.84 Por; Potas: 3411.46 mg; Wapń: 1004.13 mg; Fosfor: 1533.89 mg; Żelazo: 9.87 mg; Magnez: 358.72 mg;

sobota 2025-10-04 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 , Banan 1szt ,	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>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2108.64 kcal; Białko ogółem: 90.72 g; Tłuszcz ogółem: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 311.77 g; Kw. tł. nasycone: 13.44 g; Sól: 6.13 g; Sód: 1800.25 mg; Błonnik: 23.49 g; W tym cukry: 81.76 g; WW: 31.47 Por; Potas: 4155.43 mg; Wapń: 544.07 mg; Fosfor: 1142.66 mg; Żelazo: 8.45 mg; Magnez: 332.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i> , <i>MCK</i>), Ziemniaki 200g , Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</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 , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Śliwki 2szt , 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: 1990.29 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz ogółem: 55.32 g; Węglowodany ogółem: 246.45 g; Kw. tł. nasycone: 16.25 g; Sól: 8.10 g; Sód: 2244.77 mg; Błonnik: 37.28 g; W tym cukry: 44.82 g; WW: 24.86 Por; Potas: 4115.01 mg; Wapń: 528.21 mg; Fosfor: 1219.97 mg; Żelazo: 11.25 mg; Magnez: 354.82 mg;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy 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 60g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 15g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz ogółem: 43.75 g; Węglowodany ogółem: 335.43 g; Kw. tł. nasycone: 10.77 g; Sól: 4.98 g; Sód: 1033.81 mg; Błonnik: 23.45 g; W tym cukry: 76.63 g; WW: 33.98 Por; Potas: 3887.15 mg; Wapń: 463.83 mg; Fosfor: 897.79 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 266.01 mg;