

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-01Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka grahamka 1szt (<i>GLU</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron pełnoziarnisty z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (<i>GLU, MLE, MCK</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g , Kurczak gotowany - wędlina 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>),
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Koktajl warzywny 200ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2003.21 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz ogółem: 46.35 g; Węglowodany ogółem: 284.58 g; Kw. tł. nasycone: 9.90 g; Sól: 6.08 g; Sód: 1322.10 mg; Błonnik: 36.50 g; W tym cukry: 56.40 g; WW: 28.46 Por; Potas: 2972.39 mg; Wapń: 625.04 mg; Fosfor: 1162.08 mg; Żelazo: 10.28 mg; Magnez: 281.44 mg;

poniedziałek 2025-12-01Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany - wędlina 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta z jajka z zieleniną 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2379.91 kcal; Białko ogółem: 79.63 g; Tłuszcz ogółem: 50.53 g; Węglowodany ogółem: 367.09 g; Kw. tł. nasycone: 12.59 g; Sól: 7.49 g; Sód: 1784.00 mg; Błonnik: 23.98 g; W tym cukry: 104.67 g; WW: 37.02 Por; Potas: 3144.68 mg; Wapń: 662.62 mg; Fosfor: 893.34 mg; Żelazo: 6.69 mg; Magnez: 272.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-12-02 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 delikatna z fileta 20g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 150g (<i>MLE</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb graham 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2181.48 kcal; Białko ogółem: 92.76 g; Tłuszcz ogółem: 71.29 g; Węglowodany ogółem: 259.66 g; Kw. tł. nasycone: 27.59 g; Sól: 5.40 g; Sód: 1693.94 mg; Błonnik: 34.70 g; W tym cukry: 56.78 g; WW: 26.10 Por; Potas: 4425.14 mg; Wapń: 769.53 mg; Fosfor: 1589.34 mg; Żelazo: 12.91 mg; Magnez: 366.53 mg;

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Sałata masłowa 20g , Arbuz 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony (z udźca) b/glu 150g (<i>MLE</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2381.06 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz ogółem: 71.34 g; Węglowodany ogółem: 309.79 g; Kw. tł. nasycone: 29.14 g; Sól: 4.19 g; Sód: 1392.14 mg; Błonnik: 19.34 g; W tym cukry: 70.21 g; WW: 31.17 Por; Potas: 3778.98 mg; Wapń: 479.57 mg; Fosfor: 1211.10 mg; Żelazo: 10.39 mg; Magnez: 268.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Papryka świeża 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron pełnoziarnisty 200g (<i>GLU, MCK</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior 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 soczewicy 40g , Szynka złocista 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Marchew w słupkach 100g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2115.41 kcal; Białko ogółem: 88.79 g; Tłuszcz ogółem: 37.78 g; Węglowodany ogółem: 317.95 g; Kw. tł. nasycone: 12.67 g; Sól: 5.18 g; Sód: 1799.04 mg; Błonnik: 43.36 g; W tym cukry: 68.43 g; WW: 31.99 Por; Potas: 3718.80 mg; Wapń: 550.12 mg; Fosfor: 1208.13 mg; Żelazo: 11.31 mg; Magnez: 345.20 mg;

środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Cykorია 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2323.27 kcal; Białko ogółem: 83.35 g; Tłuszcz ogółem: 33.68 g; Węglowodany ogółem: 387.27 g; Kw. tł. nasycone: 11.93 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1136.47 mg; Błonnik: 21.75 g; W tym cukry: 101.24 g; WW: 39.03 Por; Potas: 3865.98 mg; Wapń: 600.81 mg; Fosfor: 1041.16 mg; Żelazo: 8.36 mg; Magnez: 286.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt, Ogórek kiszony 100g,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Herbata b/c 250ml, Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml, Śliwki 1szt,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml, Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2119.19 kcal; Białko ogółem: 98.10 g; Tłuszcz ogółem: 65.14 g; Węglowodany ogółem: 251.43 g; Kw. tł. nasycone: 22.19 g; Sól: 8.30 g; Sód: 3012.86 mg; Błonnik: 35.61 g; W tym cukry: 38.68 g; WW: 25.21 Por; Potas: 2818.77 mg; Wapń: 977.42 mg; Fosfor: 1654.38 mg; Żelazo: 11.08 mg; Magnez: 393.42 mg;

czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt, Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Rukola 10g, Pomidor b/skóry 90g,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Surówka z marchwi i selera z olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml,	Herbata z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g, Biszkopty 30g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g, Pomarańcza 1/2szt 100g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2247.99 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz ogółem: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 333.17 g; Kw. tł. nasycone: 11.63 g; Sól: 5.66 g; Sód: 1957.05 mg; Błonnik: 23.34 g; W tym cukry: 67.83 g; WW: 33.47 Por; Potas: 2322.45 mg; Wapń: 475.43 mg; Fosfor: 1148.66 mg; Żelazo: 7.78 mg; Magnez: 244.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-12-05 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 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba po grecku (miruna) z cytryną i koperkiem 200g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 80g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Sok warzywny 300ml 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1940.04 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz ogółem: 56.81 g; Węglowodany ogółem: 241.23 g; Kw. tł. nasycone: 19.29 g; Sól: 6.69 g; Sód: 2156.35 mg; Błonnik: 32.27 g; W tym cukry: 40.10 g; WW: 24.20 Por; Potas: 3772.45 mg; Wapń: 594.46 mg; Fosfor: 1179.69 mg; Żelazo: 10.78 mg; Magnez: 317.05 mg;

piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba po grecku (miruna) 200g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Serek wiejski 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2362.72 kcal; Białko ogółem: 76.32 g; Tłuszcz ogółem: 56.34 g; Węglowodany ogółem: 356.77 g; Kw. tł. nasycone: 24.80 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1486.53 mg; Błonnik: 23.49 g; W tym cukry: 107.99 g; WW: 35.96 Por; Potas: 4098.45 mg; Wapń: 460.31 mg; Fosfor: 852.48 mg; Żelazo: 8.55 mg; Magnez: 261.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-12-06 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 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa brokułowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy zapiekany 30g , Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2179.09 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz ogółem: 66.00 g; Węglowodany ogółem: 263.21 g; Kw. tł. nasycone: 21.29 g; Sól: 9.20 g; Sód: 2744.38 mg; Błonnik: 34.47 g; W tym cukry: 50.95 g; WW: 26.52 Por; Potas: 3854.81 mg; Wapń: 1186.95 mg; Fosfor: 1636.54 mg; Żelazo: 14.56 mg; Magnez: 417.07 mg;

sobota 2025-12-06 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>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Babka 50g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2529.04 kcal; Białko ogółem: 89.18 g; Tłuszcz ogółem: 49.29 g; Węglowodany ogółem: 392.65 g; Kw. tł. nasycone: 13.67 g; Sól: 7.36 g; Sód: 1813.58 mg; Błonnik: 21.91 g; W tym cukry: 121.97 g; WW: 39.70 Por; Potas: 4218.75 mg; Wapń: 583.77 mg; Fosfor: 1030.23 mg; Żelazo: 11.38 mg; Magnez: 321.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-12-07 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 150g (SEL, S02), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Marchew surowa w słupkach 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Sok warzywny 300ml 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb graham 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2066.59 kcal; Białko ogółem: 79.25 g; Tłuszcz ogółem: 64.58 g; Węglowodany ogółem: 263.70 g; Kw. tł. nasycone: 25.76 g; Sól: 6.44 g; Sód: 1901.46 mg; Błonnik: 42.38 g; W tym cukry: 53.07 g; WW: 26.65 Por; Potas: 4812.34 mg; Wapń: 638.93 mg; Fosfor: 1436.54 mg; Żelazo: 13.98 mg; Magnez: 407.42 mg;

niedziela 2025-12-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Ser mozzarella 30g (MLE), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kopytka ziemniaczane 200g (GLU, JAJ), Udko duszone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2309.23 kcal; Białko ogółem: 79.76 g; Tłuszcz ogółem: 64.24 g; Węglowodany ogółem: 303.91 g; Kw. tł. nasycone: 28.48 g; Sól: 5.88 g; Sód: 1928.54 mg; Błonnik: 22.15 g; W tym cukry: 61.02 g; WW: 30.58 Por; Potas: 3217.52 mg; Wapń: 538.41 mg; Fosfor: 1034.50 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 269.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-08 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g(<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 60g , Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (<i>SOJ</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1945.01 kcal; Białko ogółem: 88.21 g; Tłuszcz ogółem: 45.34 g; Węglowodany ogółem: 280.97 g; Kw. tł. nasycone: 11.58 g; Sól: 6.17 g; Sód: 1994.46 mg; Błonnik: 38.53 g; W tym cukry: 52.05 g; WW: 28.10 Por; Potas: 3211.70 mg; Wapń: 705.16 mg; Fosfor: 1545.83 mg; Żelazo: 10.99 mg; Magnez: 431.58 mg;

poniedziałek 2025-12-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Sałata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2213.64 kcal; Białko ogółem: 88.64 g; Tłuszcz ogółem: 45.40 g; Węglowodany ogółem: 332.20 g; Kw. tł. nasycone: 14.54 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1158.82 mg; Błonnik: 19.15 g; W tym cukry: 97.08 g; WW: 33.49 Por; Potas: 3673.71 mg; Wapń: 673.03 mg; Fosfor: 1177.27 mg; Żelazo: 8.79 mg; Magnez: 274.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-12-09 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU, SEL</i>), Buraczki gotowane 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałatka ryżowa z brokulem i kukurydzą z olejem 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa żywiecka 30g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2038.45 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz ogółem: 55.60 g; Węglowodany ogółem: 258.05 g; Kw. tł. nasycone: 18.90 g; Sól: 7.75 g; Sód: 2708.33 mg; Błonnik: 34.17 g; W tym cukry: 54.59 g; WW: 25.91 Por; Potas: 3108.73 mg; Wapń: 987.54 mg; Fosfor: 1533.16 mg; Żelazo: 12.52 mg; Magnez: 334.86 mg;

wtorek 2025-12-09 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Biskopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	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>), Buraczki gotowane 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 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.10 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz ogółem: 39.23 g; Węglowodany ogółem: 317.04 g; Kw. tł. nasycone: 10.96 g; Sól: 6.94 g; Sód: 1854.28 mg; Błonnik: 20.29 g; W tym cukry: 49.25 g; WW: 31.94 Por; Potas: 3276.39 mg; Wapń: 477.10 mg; Fosfor: 998.59 mg; Żelazo: 9.74 mg; Magnez: 264.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-12-10 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ser mozzarella 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 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>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Sok warzywny 300ml 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2083.01 kcal; Białko ogółem: 87.21 g; Tłuszcz ogółem: 57.63 g; Węglowodany ogółem: 272.96 g; Kw. tł. nasycone: 20.91 g; Sól: 7.77 g; Sód: 2941.41 mg; Błonnik: 39.02 g; W tym cukry: 48.33 g; WW: 27.44 Por; Potas: 4148.16 mg; Wapń: 726.96 mg; Fosfor: 1477.10 mg; Żelazo: 13.18 mg; Magnez: 392.08 mg;

środa 2025-12-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos marchewkowy zabelany 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Poledwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka owocowa 200g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.89 kcal; Białko ogółem: 78.32 g; Tłuszcz ogółem: 33.40 g; Węglowodany ogółem: 348.68 g; Kw. tł. nasycone: 10.47 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1326.05 mg; Błonnik: 28.17 g; W tym cukry: 77.39 g; WW: 35.27 Por; Potas: 4002.16 mg; Wapń: 419.66 mg; Fosfor: 991.82 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 295.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-11 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka świeża 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 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>), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Sok warzywny 300ml 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Mandarynka 1szt , Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.16 kcal; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz ogółem: 52.70 g; Węglowodany ogółem: 278.00 g; Kw. tł. nasycone: 15.68 g; Sól: 7.78 g; Sód: 1896.11 mg; Błonnik: 38.43 g; W tym cukry: 42.25 g; WW: 28.00 Por; Potas: 4055.46 mg; Wapń: 877.11 mg; Fosfor: 1397.59 mg; Żelazo: 13.16 mg; Magnez: 351.01 mg;

czwartek 2025-12-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 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 20g (<i>SOJ</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2496.60 kcal; Białko ogółem: 85.45 g; Tłuszcz ogółem: 58.94 g; Węglowodany ogółem: 367.60 g; Kw. tł. nasycone: 21.47 g; Sól: 7.50 g; Sód: 1883.83 mg; Błonnik: 23.94 g; W tym cukry: 73.55 g; WW: 37.15 Por; Potas: 3945.88 mg; Wapń: 413.72 mg; Fosfor: 911.28 mg; Żelazo: 9.81 mg; Magnez: 312.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Bułka grahamka 1szt (<i>GLU</i>), Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Śliwki 2szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1984.48 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz ogółem: 54.72 g; Węglowodany ogółem: 267.04 g; Kw. tł. nasycone: 24.75 g; Sól: 5.79 g; Sód: 1900.88 mg; Błonnik: 37.12 g; W tym cukry: 55.55 g; WW: 26.74 Por; Potas: 3993.81 mg; Wapń: 768.56 mg; Fosfor: 1318.71 mg; Żelazo: 12.00 mg; Magnez: 342.20 mg;

piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	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 , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 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 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g , Ciasto drożdżowe 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2150.51 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz ogółem: 36.18 g; Węglowodany ogółem: 330.67 g; Kw. tł. nasycone: 15.48 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1138.34 mg; Błonnik: 21.53 g; W tym cukry: 95.07 g; WW: 33.42 Por; Potas: 3538.90 mg; Wapń: 516.84 mg; Fosfor: 844.05 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 256.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-12-13 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , ziemniaki 200g , Surówka Coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Mizeria 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 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>), Jabłko 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1939.67 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 256.44 g; Kw. tł. nasycone: 17.91 g; Sól: 7.40 g; Sód: 2588.43 mg; Błonnik: 32.42 g; W tym cukry: 51.48 g; WW: 25.67 Por; Potas: 3641.21 mg; Wapń: 1137.57 mg; Fosfor: 1594.01 mg; Żelazo: 10.13 mg; Magnez: 375.72 mg;

sobota 2025-12-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Naleśniki z serem na słodko 2 szt 300g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Mus z jabłka 150g (<i>SO2</i>), 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>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2247.82 kcal; Białko ogółem: 72.69 g; Tłuszcz ogółem: 56.52 g; Węglowodany ogółem: 322.14 g; Kw. tł. nasycone: 24.63 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1061.02 mg; Błonnik: 15.39 g; W tym cukry: 75.67 g; WW: 32.38 Por; Potas: 2003.33 mg; Wapń: 654.37 mg; Fosfor: 800.72 mg; Żelazo: 7.01 mg; Magnez: 148.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-12-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Schab pieczony 100g , Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Ogórek świeży 100g ,
II Śniadanie: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Galaretką z owocami 200g , Herbata b/c 250ml , Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2052.30 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz ogółem: 45.96 g; Węglowodany ogółem: 261.11 g; Kw. tł. nasycone: 20.23 g; Sól: 6.59 g; Sód: 1554.06 mg; Błonnik: 41.73 g; W tym cukry: 54.71 g; WW: 26.23 Por; Potas: 3399.85 mg; Wapń: 741.61 mg; Fosfor: 1282.79 mg; Żelazo: 11.22 mg; Magnez: 327.94 mg;

niedziela 2025-12-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, 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, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Schab pieczony 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.22 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz ogółem: 43.22 g; Węglowodany ogółem: 276.88 g; Kw. tł. nasycone: 20.49 g; Sól: 7.68 g; Sód: 1893.21 mg; Błonnik: 24.65 g; W tym cukry: 44.86 g; WW: 27.88 Por; Potas: 2840.04 mg; Wapń: 513.48 mg; Fosfor: 906.13 mg; Żelazo: 7.64 mg; Magnez: 235.86 mg;