

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-02 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>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Salátka masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2497.99 kcal; Białko ogółem: 82.35 g; Tłuszcz ogółem: 52.95 g; Węglowodany ogółem: 373.40 g; Kw. tł. nasycone: 15.55 g; Sól: 5.29 g; Sód: 1499.89 mg; Błonnik: 37.46 g; W tym cukry: 67.09 g; WW: 37.37 Por; Potas: 2649.65 mg; Wapń: 759.01 mg; Fosfor: 1514.10 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 353.14 mg;

poniedziałek 2025-06-02 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>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z brązowym ryżem b/ml 300ml , Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Salátka masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2086.27 kcal; Białko ogółem: 80.66 g; Tłuszcz ogółem: 43.91 g; Węglowodany ogółem: 307.77 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 5.10 g; Sód: 1456.94 mg; Błonnik: 39.06 g; W tym cukry: 42.27 g; WW: 30.78 Por; Potas: 2656.01 mg; Wapń: 760.00 mg; Fosfor: 1569.14 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 407.78 mg;

poniedziałek 2025-06-02 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Banan 1/2 szt 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkami i kukurydzą 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2203.87 kcal; Białko ogółem: 79.89 g; Tłuszcz ogółem: 37.97 g; Węglowodany ogółem: 346.09 g; Kw. tł. nasycone: 11.56 g; Sól: 6.49 g; Sód: 1751.61 mg; Błonnik: 15.57 g; W tym cukry: 55.35 g; WW: 34.83 Por; Potas: 2054.81 mg; Wapń: 537.04 mg; Fosfor: 1057.17 mg; Żelazo: 5.99 mg; Magnez: 214.80 mg;

poniedziałek 2025-06-02 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>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Banan 1/2 szt 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2090.59 kcal; Białko ogółem: 80.81 g; Tłuszcz ogółem: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 327.56 g; Kw. tł. nasycone: 9.38 g; Sól: 6.48 g; Sód: 1751.61 mg; Błonnik: 15.57 g; W tym cukry: 55.35 g; WW: 32.93 Por; Potas: 2054.81 mg; Wapń: 537.04 mg; Fosfor: 1057.17 mg; Żelazo: 5.99 mg; Magnez: 214.80 mg;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2056.77 kcal; Białko ogółem: 49.74 g; Tłuszcz ogółem: 48.20 g; Węglowodany ogółem: 306.77 g; Kw. tł. nasycone: 10.69 g; Sól: 2.32 g; Sód: 346.28 mg; Błonnik: 22.24 g; W tym cukry: 39.55 g; WW: 30.75 Por; Potas: 1816.92 mg; Wapń: 461.88 mg; Fosfor: 758.68 mg; Żelazo: 3.86 mg; Magnez: 120.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-02			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz ogółem: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; Kw. tł. nasycone: 29.54 g; Sól: 1.64 g; Sód: 584.18 mg; Błonnik: 22.12 g; W tym cukry: 83.31 g; WW: 36.80 Por; Potas: 4487.15 mg; Wapń: 696.76 mg; Fosfor: 1423.78 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 323.04 mg;

poniedziałek 2025-06-02			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>), Marchewka gotowana na parze 100g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż z jabłkiem i cynamonem (papka) 300g (<i>SO2</i>), Twaróg (papka) 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną (papka) 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Jablko gotowane (papka) 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1919.67 kcal; Białko ogółem: 75.14 g; Tłuszcz ogółem: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 313.81 g; Kw. tł. nasycone: 10.88 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1057.36 mg; Błonnik: 22.44 g; W tym cukry: 56.99 g; WW: 31.58 Por; Potas: 2149.44 mg; Wapń: 567.44 mg; Fosfor: 981.84 mg; Żelazo: 6.65 mg; Magnez: 162.09 mg;

poniedziałek 2025-06-02			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 200g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2546.96 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz ogółem: 73.16 g; Węglowodany ogółem: 321.06 g; Kw. tł. nasycone: 28.89 g; Sól: 5.02 g; Sód: 1425.71 mg; Błonnik: 18.47 g; W tym cukry: 49.37 g; WW: 32.24 Por; Potas: 2301.90 mg; Wapń: 705.66 mg; Fosfor: 1407.05 mg; Żelazo: 6.60 mg; Magnez: 179.03 mg;

poniedziałek 2025-06-02			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>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 50g ,	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.23 kcal; Białko ogółem: 70.54 g; Tłuszcz ogółem: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 273.18 g; Kw. tł. nasycone: 9.04 g; Sól: 3.86 g; Sód: 959.83 mg; Błonnik: 12.53 g; W tym cukry: 37.02 g; WW: 27.39 Por; Potas: 1687.06 mg; Wapń: 492.10 mg; Fosfor: 915.34 mg; Żelazo: 5.18 mg; Magnez: 131.20 mg;

poniedziałek 2025-06-02			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 150g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2031.16 kcal; Białko ogółem: 71.34 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 285.66 g; Kw. tł. nasycone: 10.49 g; Sól: 2.32 g; Sód: 305.20 mg; Błonnik: 21.74 g; W tym cukry: 31.12 g; WW: 28.67 Por; Potas: 1619.36 mg; Wapń: 305.77 mg; Fosfor: 799.71 mg; Żelazo: 3.97 mg; Magnez: 103.60 mg;

poniedziałek 2025-06-02			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,		Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałatka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,	
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 150g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1939.66 kcal; Białko ogółem: 47.26 g; Tłuszcz ogółem: 60.14 g; Węglowodany ogółem: 308.59 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 5.98 g; Sód: 1084.95 mg; Błonnik: 18.71 g; W tym cukry: 27.48 g; WW: 31.02 Por; Potas: 1656.44 mg; Wapń: 144.39 mg; Fosfor: 504.51 mg; Żelazo: 6.16 mg; Magnez: 126.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-02 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2209.35 kcal; Białko ogółem: 79.51 g; Tłuszcz ogółem: 49.74 g; Węglowodany ogółem: 318.68 g; Kw. tł. nasycone: 17.62 g; Sól: 4.03 g; Sód: 1520.49 mg; Błonnik: 31.93 g; W tym cukry: 43.34 g; WW: 31.94 Por; Potas: 2370.48 mg; Wapń: 885.63 mg; Fosfor: 1532.47 mg; Żelazo: 8.21 mg; Magnez: 324.07 mg;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.35 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 334.10 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.08 g; Sód: 427.55 mg; Błonnik: 26.57 g; W tym cukry: 57.55 g; WW: 33.71 Por; Potas: 4697.70 mg; Wapń: 205.29 mg; Fosfor: 1397.32 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 304.38 mg;

poniedziałek 2025-06-02 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>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml i b/soli 300ml , Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.36 kcal; Białko ogółem: 77.33 g; Tłuszcz ogółem: 44.84 g; Węglowodany ogółem: 326.87 g; Kw. tł. nasycone: 12.15 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1135.90 mg; Błonnik: 18.62 g; W tym cukry: 44.26 g; WW: 32.84 Por; Potas: 2172.46 mg; Wapń: 559.17 mg; Fosfor: 1069.31 mg; Żelazo: 6.28 mg; Magnez: 165.40 mg;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2055.95 kcal; Białko ogółem: 77.62 g; Tłuszcz ogółem: 38.65 g; Węglowodany ogółem: 313.66 g; Kw. tł. nasycone: 10.08 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1126.28 mg; Błonnik: 18.44 g; W tym cukry: 43.59 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2097.42 mg; Wapń: 538.88 mg; Fosfor: 1020.18 mg; Żelazo: 6.16 mg; Magnez: 160.96 mg;

poniedziałek 2025-06-02 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>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Herbata b/c 250ml ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z brązowym ryżem b/ml 300ml , Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.19 kcal; Białko ogółem: 84.24 g; Tłuszcz ogółem: 44.05 g; Węglowodany ogółem: 310.93 g; Kw. tł. nasycone: 12.99 g; Sól: 5.22 g; Sód: 1506.02 mg; Błonnik: 39.79 g; W tym cukry: 44.45 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2734.91 mg; Wapń: 780.60 mg; Fosfor: 1549.28 mg; Żelazo: 10.45 mg; Magnez: 414.62 mg;

poniedziałek 2025-06-02 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa, ziemniaki) z ryżem b/ml 300ml , Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (<i>SO2</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.74 kcal; Białko ogółem: 33.33 g; Tłuszcz ogółem: 62.35 g; Węglowodany ogółem: 290.26 g; Kw. tł. nasycone: 9.87 g; Sól: 3.43 g; Sód: 213.25 mg; Błonnik: 23.08 g; W tym cukry: 24.76 g; WW: 29.14 Por; Potas: 1398.84 mg; Wapń: 109.89 mg; Fosfor: 334.31 mg; Żelazo: 3.63 mg; Magnez: 85.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sos jarzynowy zabieleny 100g (<i>GLU, MLE, 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>), Serek kanapkowy 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 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Biskopity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2424.11 kcal; Białko ogółem: 87.60 g; Tłuszcz ogółem: 60.77 g; Węglowodany ogółem: 305.88 g; Kw. tł. nasycone: 23.22 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1944.35 mg; Błonnik: 34.59 g; W tym cukry: 75.03 g; WW: 30.75 Por; Potas: 3699.06 mg; Wapń: 231.90 mg; Fosfor: 1040.76 mg; Żelazo: 11.24 mg; Magnez: 286.20 mg;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sos jarzynowy zabieleny 100g (<i>GLU, MLE, 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>), Serek kanapkowy 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 10g , 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: 2065.11 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz ogółem: 54.91 g; Węglowodany ogółem: 269.01 g; Kw. tł. nasycone: 20.38 g; Sól: 6.11 g; Sód: 1967.00 mg; Błonnik: 33.47 g; W tym cukry: 61.29 g; WW: 27.05 Por; Potas: 4102.36 mg; Wapń: 506.80 mg; Fosfor: 1353.76 mg; Żelazo: 12.39 mg; Magnez: 347.20 mg;

wtorek 2025-06-03 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sos jarzynowy zabieleny 100g (<i>GLU, MLE, 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2314.77 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz ogółem: 56.03 g; Węglowodany ogółem: 299.81 g; Kw. tł. nasycone: 22.08 g; Sól: 5.40 g; Sód: 1305.93 mg; Błonnik: 20.03 g; W tym cukry: 45.13 g; WW: 30.24 Por; Potas: 3365.70 mg; Wapń: 199.74 mg; Fosfor: 829.04 mg; Żelazo: 8.80 mg; Magnez: 216.04 mg;

wtorek 2025-06-03 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>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sos jarzynowy zabieleny 100g (<i>GLU, MLE, 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2130.87 kcal; Białko ogółem: 92.13 g; Tłuszcz ogółem: 55.71 g; Węglowodany ogółem: 270.27 g; Kw. tł. nasycone: 19.93 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1305.93 mg; Błonnik: 20.03 g; W tym cukry: 45.13 g; WW: 27.24 Por; Potas: 3365.70 mg; Wapń: 199.74 mg; Fosfor: 829.04 mg; Żelazo: 8.80 mg; Magnez: 216.04 mg;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sos jarzynowy zabieleny 100g (<i>GLU, MLE, 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1895.21 kcal; Białko ogółem: 57.50 g; Tłuszcz ogółem: 54.15 g; Węglowodany ogółem: 226.87 g; Kw. tł. nasycone: 18.76 g; Sól: 2.26 g; Sód: 433.68 mg; Błonnik: 21.42 g; W tym cukry: 29.74 g; WW: 22.83 Por; Potas: 3141.70 mg; Wapń: 169.74 mg; Fosfor: 681.04 mg; Żelazo: 6.60 mg; Magnez: 180.04 mg;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

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: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),
---	--	--

Wartości odżywcze: Kcal: 2346.29 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz ogółem: 77.01 g; Węglowodany ogółem: 285.85 g; Kw. tł. nasycone: 26.54 g; Sól: 1.74 g; Sód: 565.01 mg; Błonnik: 20.53 g; W tym cukry: 74.08 g; WW: 28.83 Por; Potas: 4289.45 mg; Wapń: 878.34 mg; Fosfor: 1624.31 mg; Żelazo: 8.06 mg; Magnez: 338.59 mg;

wtorek 2025-06-03 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 (papka) 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze (papka) 100g , Sos jarzynowy zabiłany 100g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2078.52 kcal; Białko ogółem: 84.32 g; Tłuszcz ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 270.93 g; Kw. tł. nasycone: 21.33 g; Sól: 4.61 g; Sód: 1274.95 mg; Błonnik: 20.50 g; W tym cukry: 37.72 g; WW: 27.33 Por; Potas: 2939.16 mg; Wapń: 208.42 mg; Fosfor: 837.90 mg; Żelazo: 7.49 mg; Magnez: 208.04 mg;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sos jarzynowy zabiłany 100g (<i>GLU, MLE, 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>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2485.48 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz ogółem: 75.74 g; Węglowodany ogółem: 284.42 g; Kw. tł. nasycone: 32.94 g; Sól: 5.00 g; Sód: 1528.81 mg; Błonnik: 20.84 g; W tym cukry: 51.65 g; WW: 28.64 Por; Potas: 3459.90 mg; Wapń: 278.14 mg; Fosfor: 1014.44 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 224.64 mg;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sos jarzynowy zabiłany 100g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1828.31 kcal; Białko ogółem: 71.73 g; Tłuszcz ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 225.01 g; Kw. tł. nasycone: 16.33 g; Sól: 4.08 g; Sód: 1160.64 mg; Błonnik: 15.73 g; W tym cukry: 26.76 g; WW: 22.66 Por; Potas: 3015.67 mg; Wapń: 172.78 mg; Fosfor: 807.30 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 202.32 mg;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sos jarzynowy zabiłany b/glu 100ml (<i>MLE, 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>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2087.82 kcal; Białko ogółem: 68.65 g; Tłuszcz ogółem: 64.62 g; Węglowodany ogółem: 263.25 g; Kw. tł. nasycone: 24.14 g; Sól: 2.99 g; Sód: 578.73 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 51.75 g; WW: 26.40 Por; Potas: 3193.30 mg; Wapń: 360.09 mg; Fosfor: 847.29 mg; Żelazo: 6.97 mg; Magnez: 185.89 mg;

wtorek 2025-06-03 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/ml 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1864.83 kcal; Białko ogółem: 70.00 g; Tłuszcz ogółem: 64.52 g; Węglowodany ogółem: 262.07 g; Kw. tł. nasycone: 11.86 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1143.91 mg; Błonnik: 21.46 g; W tym cukry: 44.44 g; WW: 26.41 Por; Potas: 3534.76 mg; Wapń: 168.90 mg; Fosfor: 833.24 mg; Żelazo: 9.84 mg; Magnez: 231.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-03			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Sos jarzynowy zabieleny 100g (<i>GLU, MLE, 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2073.51 kcal; Białko ogółem: 61.16 g; Tłuszcz ogółem: 60.72 g; Węglowodany ogółem: 283.30 g; Kw. tł. nasycone: 21.71 g; Sól: 4.80 g; Sód: 1284.19 mg; Błonnik: 34.82 g; W tym cukry: 63.62 g; WW: 28.42 Por; Potas: 3382.82 mg; Wapń: 234.52 mg; Fosfor: 690.78 mg; Żelazo: 10.31 mg; Magnez: 229.54 mg;

wtorek 2025-06-03			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),			Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1785.15 kcal; Białko ogółem: 93.70 g; Tłuszcz ogółem: 48.02 g; Węglowodany ogółem: 254.29 g; Kw. tł. nasycone: 5.51 g; Sól: 1.01 g; Sód: 362.32 mg; Błonnik: 17.62 g; W tym cukry: 53.78 g; WW: 25.68 Por; Potas: 3659.62 mg; Wapń: 153.68 mg; Fosfor: 1117.30 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 241.34 mg;

wtorek 2025-06-03			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze b/soli 100g , Sos jarzynowy zabieleny b/soli 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Sałatka 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopki 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2200.21 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz ogółem: 55.41 g; Węglowodany ogółem: 278.64 g; Kw. tł. nasycone: 21.90 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1320.68 mg; Błonnik: 20.40 g; W tym cukry: 46.01 g; WW: 28.08 Por; Potas: 3376.90 mg; Wapń: 222.14 mg; Fosfor: 842.74 mg; Żelazo: 8.84 mg; Magnez: 217.93 mg;

wtorek 2025-06-03			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sos jarzynowy zabieleny 100g (<i>GLU, MLE, 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Biskopki 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2121.91 kcal; Białko ogółem: 84.71 g; Tłuszcz ogółem: 54.25 g; Węglowodany ogółem: 278.68 g; Kw. tł. nasycone: 21.17 g; Sól: 4.43 g; Sód: 1305.93 mg; Błonnik: 20.03 g; W tym cukry: 44.71 g; WW: 28.10 Por; Potas: 3365.70 mg; Wapń: 199.74 mg; Fosfor: 829.04 mg; Żelazo: 8.80 mg; Magnez: 216.04 mg;

wtorek 2025-06-03			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 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sos jarzynowy zabieleny 100g (<i>GLU, MLE, 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jabłko gotowane 150g ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2067.89 kcal; Białko ogółem: 86.79 g; Tłuszcz ogółem: 53.34 g; Węglowodany ogółem: 267.78 g; Kw. tł. nasycone: 20.02 g; Sól: 5.89 g; Sód: 1560.79 mg; Błonnik: 32.20 g; W tym cukry: 59.20 g; WW: 26.98 Por; Potas: 4327.35 mg; Wapń: 506.43 mg; Fosfor: 1343.74 mg; Żelazo: 12.71 mg; Magnez: 348.75 mg;

wtorek 2025-06-03			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udziec z kurczaka b/kości b/skóry na parze 100g , Sos koperkowy b/mąki 100ml , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g ,			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Cukinia duszona na ciepło 100g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1796.48 kcal; Białko ogółem: 52.61 g; Tłuszcz ogółem: 71.73 g; Węglowodany ogółem: 238.98 g; Kw. tł. nasycone: 12.34 g; Sól: 2.45 g; Sód: 244.51 mg; Błonnik: 22.26 g; W tym cukry: 41.27 g; WW: 24.01 Por; Potas: 2819.91 mg; Wapń: 126.80 mg; Fosfor: 582.39 mg; Żelazo: 6.38 mg; Magnez: 153.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z kielbasą 250g (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i 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>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2172.63 kcal; Białko ogółem: 69.63 g; Tłuszcz ogółem: 54.49 g; Węglowodany ogółem: 295.54 g; Kw. tł. nasycone: 13.36 g; Sól: 7.30 g; Sód: 2505.46 mg; Błonnik: 40.13 g; W tym cukry: 85.09 g; WW: 29.53 Por; Potas: 2875.83 mg; Wapń: 560.44 mg; Fosfor: 1023.78 mg; Żelazo: 10.43 mg; Magnez: 262.66 mg;

środa 2025-06-04 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>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z kielbasą 250g (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), 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>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1974.43 kcal; Białko ogółem: 70.97 g; Tłuszcz ogółem: 53.27 g; Węglowodany ogółem: 269.49 g; Kw. tł. nasycone: 11.26 g; Sól: 7.32 g; Sód: 2548.26 mg; Błonnik: 41.53 g; W tym cukry: 61.43 g; WW: 26.93 Por; Potas: 2942.43 mg; Wapń: 565.24 mg; Fosfor: 1107.78 mg; Żelazo: 11.43 mg; Magnez: 295.66 mg;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Salata masłowa 10g , 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 koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2181.86 kcal; Białko ogółem: 76.30 g; Tłuszcz ogółem: 47.51 g; Węglowodany ogółem: 329.74 g; Kw. tł. nasycone: 12.25 g; Sól: 3.06 g; Sód: 1151.85 mg; Błonnik: 25.89 g; W tym cukry: 86.08 g; WW: 33.27 Por; Potas: 3574.15 mg; Wapń: 486.88 mg; Fosfor: 913.28 mg; Żelazo: 8.99 mg; Magnez: 221.01 mg;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i> , <i>SEL</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 koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1993.73 kcal; Białko ogółem: 76.47 g; Tłuszcz ogółem: 47.87 g; Węglowodany ogółem: 285.66 g; Kw. tł. nasycone: 10.39 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1159.35 mg; Błonnik: 26.92 g; W tym cukry: 59.43 g; WW: 28.80 Por; Potas: 3758.75 mg; Wapń: 503.23 mg; Fosfor: 931.68 mg; Żelazo: 9.50 mg; Magnez: 229.01 mg;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB</i> , <i>SEL</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>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1887.03 kcal; Białko ogółem: 52.20 g; Tłuszcz ogółem: 50.62 g; Węglowodany ogółem: 264.34 g; Kw. tł. nasycone: 10.33 g; Sól: 0.92 g; Sód: 307.35 mg; Błonnik: 30.20 g; W tym cukry: 44.53 g; WW: 26.63 Por; Potas: 3198.25 mg; Wapń: 203.23 mg; Fosfor: 554.68 mg; Żelazo: 7.15 mg; Magnez: 165.01 mg;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (MLE),	Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (MLE),	Posiłek nocny: Jablko gotowane (mix) 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2099.77 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 306.75 g; Kw. tł. nasycone: 16.39 g; Sól: 1.48 g; Sód: 551.91 mg; Błonnik: 19.47 g; W tym cukry: 104.56 g; WW: 30.93 Por; Potas: 4268.15 mg; Wapń: 821.26 mg; Fosfor: 1459.93 mg; Żelazo: 6.82 mg; Magnez: 285.59 mg;

środa 2025-06-04 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 ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB, SEL), Pasta warzywna 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze (papka) 100g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 60ml (GLU), Ziemniaki (papka) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny z zieleniną 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1988.92 kcal; Białko ogółem: 77.71 g; Tłuszcz ogółem: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 286.89 g; Kw. tł. nasycone: 11.54 g; Sól: 4.03 g; Sód: 1073.44 mg; Błonnik: 26.33 g; W tym cukry: 50.68 g; WW: 29.02 Por; Potas: 3445.81 mg; Wapń: 511.63 mg; Fosfor: 903.27 mg; Żelazo: 9.84 mg; Magnez: 226.97 mg;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB, SEL), Twaróg 100g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (GLU),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2393.33 kcal; Białko ogółem: 101.32 g; Tłuszcz ogółem: 75.24 g; Węglowodany ogółem: 290.84 g; Kw. tł. nasycone: 28.48 g; Sól: 3.76 g; Sód: 1440.95 mg; Błonnik: 26.92 g; W tym cukry: 63.89 g; WW: 29.32 Por; Potas: 3911.35 mg; Wapń: 630.23 mg; Fosfor: 1232.48 mg; Żelazo: 9.82 mg; Magnez: 242.81 mg;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB, SEL), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 50g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (GLU),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1765.15 kcal; Białko ogółem: 63.80 g; Tłuszcz ogółem: 40.92 g; Węglowodany ogółem: 245.36 g; Kw. tł. nasycone: 9.66 g; Sól: 2.68 g; Sód: 1009.76 mg; Błonnik: 19.13 g; W tym cukry: 31.88 g; WW: 24.75 Por; Potas: 2757.93 mg; Wapń: 169.28 mg; Fosfor: 615.27 mg; Żelazo: 7.62 mg; Magnez: 169.27 mg;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB, SEL), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/glutenowy 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1809.67 kcal; Białko ogółem: 54.74 g; Tłuszcz ogółem: 48.20 g; Węglowodany ogółem: 247.56 g; Kw. tł. nasycone: 8.61 g; Sól: 0.86 g; Sód: 282.29 mg; Błonnik: 29.55 g; W tym cukry: 44.58 g; WW: 24.93 Por; Potas: 3166.42 mg; Wapń: 202.46 mg; Fosfor: 537.25 mg; Żelazo: 6.89 mg; Magnez: 160.64 mg;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB, SEL), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem drobna 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (GLU),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.76 kcal; Białko ogółem: 69.75 g; Tłuszcz ogółem: 70.16 g; Węglowodany ogółem: 284.43 g; Kw. tł. nasycone: 12.97 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1179.68 mg; Błonnik: 27.37 g; W tym cukry: 48.30 g; WW: 28.74 Por; Potas: 3550.32 mg; Wapń: 234.97 mg; Fosfor: 728.14 mg; Żelazo: 9.85 mg; Magnez: 208.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Łazanki z kiszonej i białej kapusty z cieciorą 300g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1957.91 kcal; Białko ogółem: 53.95 g; Tłuszcz ogółem: 55.09 g; Węglowodany ogółem: 267.69 g; Kw. tł. nasycone: 19.17 g; Sól: 3.84 g; Sód: 1318.70 mg; Błonnik: 35.71 g; W tym cukry: 65.89 g; WW: 26.72 Por; Potas: 2517.18 mg; Wapń: 591.08 mg; Fosfor: 871.83 mg; Żelazo: 7.59 mg; Magnez: 221.62 mg;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2232.30 kcal; Białko ogółem: 111.55 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 339.27 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.07 g; Sód: 422.15 mg; Błonnik: 27.26 g; W tym cukry: 62.57 g; WW: 34.22 Por; Potas: 4687.10 mg; Wapń: 190.04 mg; Fosfor: 1388.22 mg; Żelazo: 8.52 mg; Magnez: 299.08 mg;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa 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 , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem b/soli 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2075.18 kcal; Białko ogółem: 75.20 g; Tłuszcz ogółem: 52.25 g; Węglowodany ogółem: 289.37 g; Kw. tł. nasycone: 12.06 g; Sól: 3.06 g; Sód: 1160.47 mg; Błonnik: 27.59 g; W tym cukry: 57.34 g; WW: 29.20 Por; Potas: 3753.94 mg; Wapń: 503.57 mg; Fosfor: 958.41 mg; Żelazo: 9.41 mg; Magnez: 228.93 mg;

środa 2025-06-04 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</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 , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.73 kcal; Białko ogółem: 75.37 g; Tłuszcz ogółem: 47.37 g; Węglowodany ogółem: 295.36 g; Kw. tł. nasycone: 11.99 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1159.35 mg; Błonnik: 26.92 g; W tym cukry: 59.43 g; WW: 29.80 Por; Potas: 3758.75 mg; Wapń: 503.23 mg; Fosfor: 931.68 mg; Żelazo: 9.50 mg; Magnez: 229.01 mg;

środa 2025-06-04 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>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</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>), Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2078.71 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; Tłuszcz ogółem: 50.38 g; Węglowodany ogółem: 292.70 g; Kw. tł. nasycone: 11.17 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1425.25 mg; Błonnik: 41.32 g; W tym cukry: 62.68 g; WW: 29.51 Por; Potas: 4288.85 mg; Wapń: 544.53 mg; Fosfor: 1221.98 mg; Żelazo: 13.15 mg; Magnez: 345.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-04		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (RYB, SEL), Pomidor b/skóry 100g ,	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 drobna 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1878.12 kcal; Białko ogółem: 50.93 g; Tłuszcz ogółem: 74.42 g; Węglowodany ogółem: 259.33 g; Kw. tł. nasycone: 13.24 g; Sól: 1.73 g; Sód: 282.92 mg; Błonnik: 31.09 g; W tym cukry: 45.49 g; WW: 26.16 Por; Potas: 3260.89 mg; Wapń: 199.70 mg; Fosfor: 540.51 mg; Żelazo: 7.07 mg; Magnez: 162.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salátka 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>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2338.31 kcal; Białko ogółem: 74.96 g; Tłuszcz ogółem: 63.85 g; Węglowodany ogółem: 310.76 g; Kw. tł. nasycone: 12.73 g; Sól: 6.45 g; Sód: 2065.48 mg; Błonnik: 36.35 g; W tym cukry: 65.57 g; WW: 31.15 Por; Potas: 3007.90 mg; Wapń: 416.79 mg; Fosfor: 1182.41 mg; Żelazo: 10.31 mg; Magnez: 352.03 mg;

czwartek 2025-06-05 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>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2119.67 kcal; Białko ogółem: 81.35 g; Tłuszcz ogółem: 64.15 g; Węglowodany ogółem: 271.69 g; Kw. tł. nasycone: 11.19 g; Sól: 7.22 g; Sód: 2133.08 mg; Błonnik: 37.10 g; W tym cukry: 52.63 g; WW: 27.23 Por; Potas: 3172.10 mg; Wapń: 510.79 mg; Fosfor: 1363.11 mg; Żelazo: 11.22 mg; Magnez: 393.23 mg;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, 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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2188.10 kcal; Białko ogółem: 69.84 g; Tłuszcz ogółem: 56.92 g; Węglowodany ogółem: 305.66 g; Kw. tł. nasycone: 11.77 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 16.67 g; W tym cukry: 37.48 g; WW: 30.71 Por; Potas: 2340.94 mg; Wapń: 347.86 mg; Fosfor: 858.95 mg; Żelazo: 6.95 mg; Magnez: 166.20 mg;

czwartek 2025-06-05 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, 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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2013.07 kcal; Białko ogółem: 70.91 g; Tłuszcz ogółem: 56.73 g; Węglowodany ogółem: 284.87 g; Kw. tł. nasycone: 9.65 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1115.87 mg; Błonnik: 16.67 g; W tym cukry: 37.48 g; WW: 28.61 Por; Potas: 2340.94 mg; Wapń: 347.86 mg; Fosfor: 858.95 mg; Żelazo: 6.95 mg; Magnez: 166.20 mg;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, 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 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2048.11 kcal; Białko ogółem: 53.97 g; Tłuszcz ogółem: 61.25 g; Węglowodany ogółem: 279.10 g; Kw. tł. nasycone: 11.85 g; Sól: 1.17 g; Sód: 357.86 mg; Błonnik: 20.47 g; W tym cukry: 35.08 g; WW: 28.00 Por; Potas: 2116.14 mg; Wapń: 317.74 mg; Fosfor: 710.84 mg; Żelazo: 4.74 mg; Magnez: 130.17 mg;

czwartek 2025-06-05 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Gruszka gotowana (mix) 130g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.81 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz ogółem: 64.82 g; Węglowodany ogółem: 267.73 g; Kw. tł. nasycone: 20.39 g; Sól: 1.43 g; Sód: 440.18 mg; Błonnik: 20.09 g; W tym cukry: 51.43 g; WW: 26.99 Por; Potas: 3795.35 mg; Wapń: 530.81 mg; Fosfor: 1222.03 mg; Żelazo: 6.71 mg; Magnez: 263.26 mg;

czwartek 2025-06-05Jadłospis 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>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2011.59 kcal; Białko ogółem: 69.47 g; Tłuszcz ogółem: 44.53 g; Węglowodany ogółem: 297.94 g; Kw. tł. nasycone: 10.68 g; Sól: 3.08 g; Sód: 1120.92 mg; Błonnik: 18.03 g; W tym cukry: 42.48 g; WW: 30.01 Por; Potas: 2084.13 mg; Wapń: 358.56 mg; Fosfor: 851.11 mg; Żelazo: 6.69 mg; Magnez: 164.62 mg;

czwartek 2025-06-05Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, 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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 100g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2281.18 kcal; Białko ogółem: 92.58 g; Tłuszcz ogółem: 63.49 g; Węglowodany ogółem: 291.48 g; Kw. tł. nasycone: 13.80 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1189.49 mg; Błonnik: 17.24 g; W tym cukry: 44.10 g; WW: 29.28 Por; Potas: 2568.46 mg; Wapń: 508.67 mg; Fosfor: 1135.53 mg; Żelazo: 7.40 mg; Magnez: 183.43 mg;

czwartek 2025-06-05Jadłospis 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 , Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, 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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1882.21 kcal; Białko ogółem: 62.98 g; Tłuszcz ogółem: 51.88 g; Węglowodany ogółem: 254.65 g; Kw. tł. nasycone: 7.94 g; Sól: 2.88 g; Sód: 1048.36 mg; Błonnik: 15.77 g; W tym cukry: 29.89 g; WW: 25.57 Por; Potas: 2128.64 mg; Wapń: 167.74 mg; Fosfor: 729.84 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 148.17 mg;

czwartek 2025-06-05Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska 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 z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2030.17 kcal; Białko ogółem: 61.65 g; Tłuszcz ogółem: 65.66 g; Węglowodany ogółem: 257.64 g; Kw. tł. nasycone: 11.34 g; Sól: 2.13 g; Sód: 366.11 mg; Błonnik: 20.23 g; W tym cukry: 35.81 g; WW: 25.85 Por; Potas: 2146.68 mg; Wapń: 332.66 mg; Fosfor: 743.41 mg; Żelazo: 4.84 mg; Magnez: 132.14 mg;

czwartek 2025-06-05Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, 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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1975.08 kcal; Białko ogółem: 71.61 g; Tłuszcz ogółem: 76.76 g; Węglowodany ogółem: 264.75 g; Kw. tł. nasycone: 12.52 g; Sól: 3.81 g; Sód: 1194.59 mg; Błonnik: 18.54 g; W tym cukry: 30.08 g; WW: 26.60 Por; Potas: 2404.13 mg; Wapń: 150.84 mg; Fosfor: 832.86 mg; Żelazo: 7.63 mg; Magnez: 180.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-06-05		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami i tofu 300g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2056.91 kcal; Białko ogółem: 58.05 g; Tłuszcz ogółem: 59.88 g; Węglowodany ogółem: 284.91 g; Kw. tł. nasycone: 11.19 g; Sól: 5.99 g; Sód: 1753.84 mg; Błonnik: 27.74 g; W tym cukry: 41.18 g; WW: 28.61 Por; Potas: 2246.50 mg; Wapń: 379.60 mg; Fosfor: 789.63 mg; Żelazo: 7.96 mg; Magnez: 236.42 mg;

czwartek 2025-06-05		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),	Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1728.75 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 249.95 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.91 g; Sód: 362.32 mg; Błonnik: 17.62 g; W tym cukry: 53.78 g; WW: 25.28 Por; Potas: 3659.62 mg; Wapń: 153.68 mg; Fosfor: 1117.30 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 241.34 mg;

czwartek 2025-06-05		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka b/soli 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2090.11 kcal; Białko ogółem: 68.42 g; Tłuszcz ogółem: 54.65 g; Węglowodany ogółem: 294.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.39 g; Sól: 3.06 g; Sód: 1115.47 mg; Błonnik: 16.67 g; W tym cukry: 37.48 g; WW: 29.60 Por; Potas: 2340.14 mg; Wapń: 347.74 mg; Fosfor: 858.84 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 166.17 mg;

czwartek 2025-06-05		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, 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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2081.23 kcal; Białko ogółem: 68.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.52 g; Węglowodany ogółem: 285.75 g; Kw. tł. nasycone: 11.36 g; Sól: 3.06 g; Sód: 1115.86 mg; Błonnik: 16.67 g; W tym cukry: 37.48 g; WW: 28.70 Por; Potas: 2340.14 mg; Wapń: 347.74 mg; Fosfor: 858.84 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 166.17 mg;

czwartek 2025-06-05		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, 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 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2202.88 kcal; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz ogółem: 71.68 g; Węglowodany ogółem: 270.58 g; Kw. tł. nasycone: 18.55 g; Sól: 4.84 g; Sód: 1528.41 mg; Błonnik: 30.72 g; W tym cukry: 53.04 g; WW: 27.12 Por; Potas: 3097.00 mg; Wapń: 494.38 mg; Fosfor: 1288.73 mg; Żelazo: 10.67 mg; Magnez: 295.74 mg;

czwartek 2025-06-05		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (<i>GLU, 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 , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyunka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1940.58 kcal; Białko ogółem: 55.48 g; Tłuszcz ogółem: 84.29 g; Węglowodany ogółem: 248.99 g; Kw. tł. nasycone: 13.04 g; Sól: 1.57 g; Sód: 299.49 mg; Błonnik: 20.93 g; W tym cukry: 27.20 g; WW: 24.97 Por; Potas: 2096.43 mg; Wapń: 113.34 mg; Fosfor: 623.66 mg; Żelazo: 4.74 mg; Magnez: 124.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-06-06 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2506.19 kcal; Białko ogółem: 92.56 g; Tłuszcz ogółem: 46.90 g; Węglowodany ogółem: 380.31 g; Kw. tł. nasycone: 23.22 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1406.10 mg; Błonnik: 46.66 g; W tym cukry: 104.67 g; WW: 38.09 Por; Potas: 4184.73 mg; Wapń: 533.89 mg; Fosfor: 1262.65 mg; Żelazo: 13.36 mg; Magnez: 395.06 mg;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2046.81 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz ogółem: 42.36 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; Kw. tł. nasycone: 21.20 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1467.98 mg; Błonnik: 43.99 g; W tym cukry: 56.02 g; WW: 29.50 Por; Potas: 3416.43 mg; Wapń: 606.05 mg; Fosfor: 1351.75 mg; Żelazo: 13.01 mg; Magnez: 360.90 mg;

piątek 2025-06-06 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 , Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2248.51 kcal; Białko ogółem: 81.46 g; Tłuszcz ogółem: 45.69 g; Węglowodany ogółem: 346.92 g; Kw. tł. nasycone: 23.92 g; Sól: 3.73 g; Sód: 1251.79 mg; Błonnik: 24.40 g; W tym cukry: 81.78 g; WW: 35.04 Por; Potas: 3368.10 mg; Wapń: 472.07 mg; Fosfor: 881.45 mg; Żelazo: 9.48 mg; Magnez: 262.22 mg;

piątek 2025-06-06 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2020.40 kcal; Białko ogółem: 77.50 g; Tłuszcz ogółem: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 321.53 g; Kw. tł. nasycone: 16.62 g; Sól: 2.96 g; Sód: 1128.79 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 77.22 g; WW: 32.40 Por; Potas: 3299.58 mg; Wapń: 431.19 mg; Fosfor: 862.31 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 252.30 mg;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Brokuł 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1809.10 kcal; Białko ogółem: 51.95 g; Tłuszcz ogółem: 38.79 g; Węglowodany ogółem: 269.90 g; Kw. tł. nasycone: 15.80 g; Sól: 0.80 g; Sód: 301.49 mg; Błonnik: 26.55 g; W tym cukry: 67.41 g; WW: 27.18 Por; Potas: 2830.78 mg; Wapń: 218.19 mg; Fosfor: 544.81 mg; Żelazo: 5.68 mg; Magnez: 194.40 mg;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (MLE),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1998.97 kcal; Białko ogółem: 97.89 g; Tłuszcz ogółem: 56.46 g; Węglowodany ogółem: 254.34 g; Kw. tł. nasycone: 15.07 g; Sól: 1.51 g; Sód: 508.08 mg; Błonnik: 16.15 g; W tym cukry: 69.90 g; WW: 25.70 Por; Potas: 3847.05 mg; Wapń: 709.71 mg; Fosfor: 1350.28 mg; Żelazo: 5.95 mg; Magnez: 264.69 mg;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pasta warzywna 50g ,	Zupa ziemniaczana (papka) 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna (papka) 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg (papka) 40g (MLE), Marchewka duszona (papka) 100g (GLU), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan (papka) 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2193.69 kcal; Białko ogółem: 77.49 g; Tłuszcz ogółem: 42.55 g; Węglowodany ogółem: 337.51 g; Kw. tł. nasycone: 18.72 g; Sól: 3.04 g; Sód: 1154.34 mg; Błonnik: 24.64 g; W tym cukry: 74.68 g; WW: 34.08 Por; Potas: 3273.68 mg; Wapń: 453.43 mg; Fosfor: 890.87 mg; Żelazo: 8.14 mg; Magnez: 260.35 mg;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Brokuł gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2404.40 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz ogółem: 63.48 g; Węglowodany ogółem: 325.28 g; Kw. tł. nasycone: 33.87 g; Sól: 3.63 g; Sód: 1392.79 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 80.40 g; WW: 32.76 Por; Potas: 3406.98 mg; Wapń: 520.59 mg; Fosfor: 1072.31 mg; Żelazo: 8.51 mg; Magnez: 262.50 mg;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1867.23 kcal; Białko ogółem: 68.94 g; Tłuszcz ogółem: 34.39 g; Węglowodany ogółem: 280.40 g; Kw. tł. nasycone: 14.77 g; Sól: 2.66 g; Sód: 1002.50 mg; Błonnik: 19.75 g; W tym cukry: 63.86 g; WW: 28.24 Por; Potas: 2855.95 mg; Wapń: 219.54 mg; Fosfor: 669.61 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 218.53 mg;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Brokuł gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2103.02 kcal; Białko ogółem: 63.53 g; Tłuszcz ogółem: 40.89 g; Węglowodany ogółem: 326.23 g; Kw. tł. nasycone: 17.26 g; Sól: 1.08 g; Sód: 370.27 mg; Błonnik: 24.86 g; W tym cukry: 73.01 g; WW: 32.81 Por; Potas: 2864.98 mg; Wapń: 389.45 mg; Fosfor: 690.71 mg; Żelazo: 5.45 mg; Magnez: 190.54 mg;

piątek 2025-06-06 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z zielonego groszku 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Salata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Brokuł gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem drobną 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 2szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1963.16 kcal; Białko ogółem: 65.87 g; Tłuszcz ogółem: 48.56 g; Węglowodany ogółem: 335.65 g; Kw. tł. nasycone: 10.22 g; Sól: 2.82 g; Sód: 998.93 mg; Błonnik: 26.08 g; W tym cukry: 69.70 g; WW: 33.84 Por; Potas: 3238.81 mg; Wapń: 199.48 mg; Fosfor: 620.94 mg; Żelazo: 8.91 mg; Magnez: 241.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-06-06Jadłospis 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), Serek kanapkowy 40g (MLE), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Kottlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (GLU, JAJ), Brokuł gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Rzodkiewka biała z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2215.53 kcal; Białko ogółem: 63.85 g; Tłuszcz ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 349.00 g; Kw. tł. nasycone: 18.95 g; Sól: 3.45 g; Sód: 1289.96 mg; Błonnik: 47.16 g; W tym cukry: 79.39 g; WW: 34.99 Por; Potas: 3775.42 mg; Wapń: 490.11 mg; Fosfor: 1185.44 mg; Żelazo: 11.92 mg; Magnez: 357.91 mg;

piątek 2025-06-06Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2290.39 kcal; Białko ogółem: 111.04 g; Tłuszcz ogółem: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 354.24 g; Kw. tł. nasycone: 4.57 g; Sól: 1.06 g; Sód: 420.10 mg; Błonnik: 24.32 g; W tym cukry: 65.82 g; WW: 35.74 Por; Potas: 4488.90 mg; Wapń: 190.99 mg; Fosfor: 1384.92 mg; Żelazo: 8.16 mg; Magnez: 296.08 mg;

piątek 2025-06-06Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana b/soli 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna b/soli 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (miruna) b/soli 100g (RYB), Sos pomidorowy b/soli 60ml (GLU), Brokuł gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2122.47 kcal; Białko ogółem: 76.39 g; Tłuszcz ogółem: 37.88 g; Węglowodany ogółem: 330.78 g; Kw. tł. nasycone: 18.77 g; Sól: 2.97 g; Sód: 1128.47 mg; Błonnik: 23.34 g; W tym cukry: 77.06 g; WW: 33.34 Por; Potas: 3289.37 mg; Wapń: 428.55 mg; Fosfor: 860.70 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 251.70 mg;

piątek 2025-06-06Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałata masłowa 20g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Brokuł gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2050.40 kcal; Białko ogółem: 76.40 g; Tłuszcz ogółem: 37.08 g; Węglowodany ogółem: 331.23 g; Kw. tł. nasycone: 18.22 g; Sól: 2.96 g; Sód: 1128.79 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 77.22 g; WW: 33.40 Por; Potas: 3299.58 mg; Wapń: 431.19 mg; Fosfor: 862.31 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 252.30 mg;

piątek 2025-06-06Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałata masłowa 20g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Brokuł gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser mozzarella 30g (MLE), Pomidor b/skóry 30g , , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2042.11 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz ogółem: 42.31 g; Węglowodany ogółem: 289.45 g; Kw. tł. nasycone: 21.23 g; Sól: 3.84 g; Sód: 1423.80 mg; Błonnik: 39.36 g; W tym cukry: 54.47 g; WW: 28.99 Por; Potas: 3291.45 mg; Wapń: 563.89 mg; Fosfor: 1305.77 mg; Żelazo: 12.31 mg; Magnez: 353.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-06-06		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z zielonego groszku 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Salata maslowa 20g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Ryż na sypko 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Brokuł gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem drobną 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 2szt (JAJ), Pomidor ze szczypiorkiem 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 30g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1965.08 kcal; Białko ogółem: 49.65 g; Tłuszcz ogółem: 52.04 g; Węglowodany ogółem: 337.95 g; Kw. tł. nasycone: 10.38 g; Sól: 0.64 g; Sód: 126.71 mg; Błonnik: 28.04 g; W tym cukry: 65.13 g; WW: 34.01 Por; Potas: 2770.61 mg; Wapń: 153.24 mg; Fosfor: 427.14 mg; Żelazo: 5.76 mg; Magnez: 174.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2555.42 kcal; Białko ogółem: 94.80 g; Tłuszcz ogółem: 64.77 g; Węglowodany ogółem: 341.98 g; Kw. tł. nasycone: 22.11 g; Sól: 8.26 g; Sód: 2370.26 mg; Błonnik: 32.29 g; W tym cukry: 93.68 g; WW: 34.39 Por; Potas: 3283.14 mg; Wapń: 1109.27 mg; Fosfor: 1488.14 mg; Żelazo: 12.92 mg; Magnez: 303.23 mg;

sobota 2025-06-07 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>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Rukola 20g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2131.39 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 57.87 g; Węglowodany ogółem: 278.53 g; Kw. tł. nasycone: 19.31 g; Sól: 8.71 g; Sód: 2584.09 mg; Błonnik: 39.11 g; W tym cukry: 39.10 g; WW: 28.08 Por; Potas: 3474.40 mg; Wapń: 1167.59 mg; Fosfor: 1615.53 mg; Żelazo: 14.37 mg; Magnez: 439.94 mg;

sobota 2025-06-07 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>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ryż na sypko 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2299.78 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 54.85 g; Węglowodany ogółem: 309.68 g; Kw. tł. nasycone: 21.11 g; Sól: 7.48 g; Sód: 1923.11 mg; Błonnik: 19.19 g; W tym cukry: 42.67 g; WW: 31.23 Por; Potas: 2995.04 mg; Wapń: 562.51 mg; Fosfor: 1004.97 mg; Żelazo: 10.43 mg; Magnez: 252.34 mg;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Salátka masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ryż na sypko 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2223.04 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Tłuszcz ogółem: 61.73 g; Węglowodany ogółem: 299.57 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1220.25 mg; Błonnik: 17.85 g; W tym cukry: 62.98 g; WW: 30.19 Por; Potas: 2945.96 mg; Wapń: 563.29 mg; Fosfor: 992.99 mg; Żelazo: 10.58 mg; Magnez: 216.12 mg;

sobota 2025-06-07 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, SOJ</i>), Salátka masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ryż na sypko 200g , Sos własny 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2033.42 kcal; Białko ogółem: 63.14 g; Tłuszcz ogółem: 60.78 g; Węglowodany ogółem: 262.40 g; Kw. tł. nasycone: 17.39 g; Sól: 3.02 g; Sód: 360.75 mg; Błonnik: 21.13 g; W tym cukry: 48.21 g; WW: 26.40 Por; Potas: 2385.46 mg; Wapń: 238.29 mg; Fosfor: 630.99 mg; Żelazo: 8.23 mg; Magnez: 152.12 mg;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-06-07 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>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ryż na sypko (papka) 200g , Sos własny 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2161.69 kcal; Białko ogółem: 86.89 g; Tłuszcz ogółem: 51.55 g; Węglowodany ogółem: 297.47 g; Kw. tł. nasycone: 21.37 g; Sól: 4.56 g; Sód: 1291.97 mg; Błonnik: 20.75 g; W tym cukry: 69.21 g; WW: 30.08 Por; Potas: 3254.72 mg; Wapń: 588.96 mg; Fosfor: 973.60 mg; Żelazo: 12.07 mg; Magnez: 232.92 mg;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ryż na sypko 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2607.37 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz ogółem: 73.82 g; Węglowodany ogółem: 330.17 g; Kw. tł. nasycone: 27.06 g; Sól: 6.89 g; Sód: 1323.15 mg; Błonnik: 18.53 g; W tym cukry: 64.07 g; WW: 33.27 Por; Potas: 2995.06 mg; Wapń: 594.49 mg; Fosfor: 1157.19 mg; Żelazo: 10.83 mg; Magnez: 220.92 mg;

sobota 2025-06-07 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>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ryż na sypko 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2195.63 kcal; Białko ogółem: 87.45 g; Tłuszcz ogółem: 56.90 g; Węglowodany ogółem: 290.23 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1212.69 mg; Błonnik: 14.93 g; W tym cukry: 60.23 g; WW: 29.22 Por; Potas: 2655.32 mg; Wapń: 500.49 mg; Fosfor: 947.36 mg; Żelazo: 9.38 mg; Magnez: 194.12 mg;

sobota 2025-06-07 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2179.38 kcal; Białko ogółem: 75.93 g; Tłuszcz ogółem: 69.98 g; Węglowodany ogółem: 265.28 g; Kw. tł. nasycone: 23.29 g; Sól: 3.36 g; Sód: 457.20 mg; Błonnik: 21.00 g; W tym cukry: 49.88 g; WW: 26.67 Por; Potas: 2435.70 mg; Wapń: 285.75 mg; Fosfor: 740.87 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 156.18 mg;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ryż na sypko 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Banan 1/2 szt 100g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2050.04 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz ogółem: 61.51 g; Węglowodany ogółem: 300.97 g; Kw. tł. nasycone: 10.91 g; Sól: 5.51 g; Sód: 961.35 mg; Błonnik: 19.03 g; W tym cukry: 69.25 g; WW: 30.40 Por; Potas: 2978.06 mg; Wapń: 252.29 mg; Fosfor: 749.79 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 217.92 mg;

sobota 2025-06-07 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż na sypko 200g , Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Sałatka 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2179.36 kcal; Białko ogółem: 68.40 g; Tłuszcz ogółem: 59.40 g; Węglowodany ogółem: 302.00 g; Kw. tł. nasycone: 20.16 g; Sól: 5.89 g; Sód: 2266.18 mg; Błonnik: 28.83 g; W tym cukry: 70.45 g; WW: 30.42 Por; Potas: 2828.97 mg; Wapń: 1174.71 mg; Fosfor: 1344.44 mg; Żelazo: 11.17 mg; Magnez: 270.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-06-07			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (MLE),		Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-06-07		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) b/soli 300ml (SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ryż na sypko b/soli 200g , Sos własny b/soli 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2201.71 kcal; Białko ogółem: 85.96 g; Tłuszcz ogółem: 61.42 g; Węglowodany ogółem: 283.63 g; Kw. tł. nasycone: 21.43 g; Sól: 5.29 g; Sód: 1225.76 mg; Błonnik: 16.05 g; W tym cukry: 61.71 g; WW: 28.61 Por; Potas: 2881.93 mg; Wapń: 523.23 mg; Fosfor: 942.47 mg; Żelazo: 9.93 mg; Magnez: 207.05 mg;

sobota 2025-06-07		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ryż na sypko 200g , Sos własny 60ml (GLU), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2236.92 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz ogółem: 60.87 g; Węglowodany ogółem: 308.12 g; Kw. tł. nasycone: 20.96 g; Sól: 5.27 g; Sód: 1220.25 mg; Błonnik: 17.85 g; W tym cukry: 62.86 g; WW: 31.07 Por; Potas: 2945.96 mg; Wapń: 563.29 mg; Fosfor: 992.99 mg; Żelazo: 10.58 mg; Magnez: 216.12 mg;

sobota 2025-06-07		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ryż brązowy na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 30g (MLE), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2432.63 kcal; Białko ogółem: 108.48 g; Tłuszcz ogółem: 90.54 g; Węglowodany ogółem: 263.53 g; Kw. tł. nasycone: 39.49 g; Sól: 7.71 g; Sód: 2192.27 mg; Błonnik: 36.27 g; W tym cukry: 35.44 g; WW: 26.57 Por; Potas: 3699.62 mg; Wapń: 895.83 mg; Fosfor: 1619.33 mg; Żelazo: 14.68 mg; Magnez: 442.75 mg;

sobota 2025-06-07			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,		Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ryż na sypko 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,	
II Śniadanie: Banan 1/2 szt 100g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1960.40 kcal; Białko ogółem: 67.39 g; Tłuszcz ogółem: 65.02 g; Węglowodany ogółem: 281.19 g; Kw. tł. nasycone: 11.15 g; Sól: 3.61 g; Sód: 203.00 mg; Błonnik: 22.70 g; W tym cukry: 66.82 g; WW: 28.37 Por; Potas: 2745.90 mg; Wapń: 221.15 mg; Fosfor: 596.27 mg; Żelazo: 8.47 mg; Magnez: 180.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-06-08 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>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor 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 , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata maslowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2379.62 kcal; Białko ogółem: 68.39 g; Tłuszcz ogółem: 59.63 g; Węglowodany ogółem: 341.60 g; Kw. tł. nasycone: 21.62 g; Sól: 5.01 g; Sód: 1513.77 mg; Błonnik: 39.86 g; W tym cukry: 102.33 g; WW: 34.27 Por; Potas: 4357.20 mg; Wapń: 474.05 mg; Fosfor: 1137.13 mg; Żelazo: 11.50 mg; Magnez: 346.13 mg;

niedziela 2025-06-08 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>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor 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 b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1970.32 kcal; Białko ogółem: 71.54 g; Tłuszcz ogółem: 58.54 g; Węglowodany ogółem: 259.67 g; Kw. tł. nasycone: 20.25 g; Sól: 5.64 g; Sód: 1589.37 mg; Błonnik: 40.39 g; W tym cukry: 52.74 g; WW: 25.98 Por; Potas: 3857.30 mg; Wapń: 588.85 mg; Fosfor: 1220.13 mg; Żelazo: 11.64 mg; Magnez: 325.03 mg;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , 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 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Salata maslowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2252.65 kcal; Białko ogółem: 63.05 g; Tłuszcz ogółem: 53.57 g; Węglowodany ogółem: 343.51 g; Kw. tł. nasycone: 20.29 g; Sól: 3.91 g; Sód: 1300.57 mg; Błonnik: 26.47 g; W tym cukry: 84.92 g; WW: 34.67 Por; Potas: 3690.99 mg; Wapń: 433.49 mg; Fosfor: 882.39 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 260.95 mg;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Salata maslowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2120.15 kcal; Białko ogółem: 64.11 g; Tłuszcz ogółem: 52.27 g; Węglowodany ogółem: 328.03 g; Kw. tł. nasycone: 18.09 g; Sól: 3.78 g; Sód: 1251.57 mg; Błonnik: 24.63 g; W tym cukry: 81.30 g; WW: 33.08 Por; Potas: 3758.79 mg; Wapń: 405.89 mg; Fosfor: 875.99 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 254.55 mg;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 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 , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1981.45 kcal; Białko ogółem: 37.56 g; Tłuszcz ogółem: 55.48 g; Węglowodany ogółem: 290.96 g; Kw. tł. nasycone: 18.63 g; Sól: 1.32 g; Sód: 424.27 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 71.39 g; WW: 29.32 Por; Potas: 3289.99 mg; Wapń: 192.89 mg; Fosfor: 558.49 mg; Żelazo: 5.63 mg; Magnez: 196.65 mg;

niedziela 2025-06-08 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyń) 300ml (<i>MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 100ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2073.54 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz ogółem: 60.66 g; Węglowodany ogółem: 280.63 g; Kw. tł. nasycone: 18.03 g; Sól: 1.44 g; Sód: 507.96 mg; Błonnik: 17.25 g; W tym cukry: 83.46 g; WW: 28.37 Por; Potas: 4006.00 mg; Wapń: 713.41 mg; Fosfor: 1344.23 mg; Żelazo: 6.61 mg; Magnez: 270.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-06-08			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Zupa ml. z ryżem (papka) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,		Zupa dyniowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki (papka) 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2131.77 kcal; Białko ogółem: 63.85 g; Tłuszcz ogółem: 47.58 g; Węglowodany ogółem: 327.28 g; Kw. tł.
nasycone: 19.81 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1229.37 mg; Błonnik: 29.45 g; W tym cukry: 78.98 g; WW: 33.13 Por; Potas: 3742.10 mg; Wapń: 448.73
mg; Fosfor: 920.48 mg; Żelazo: 9.21 mg; Magnez: 295.57 mg;

niedziela 2025-06-08			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Zupa ml. z ryżem 400ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2463.09 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz ogółem: 75.30 g; Węglowodany ogółem: 322.81 g; Kw. tł.
nasycone: 31.67 g; Sól: 4.94 g; Sód: 1468.35 mg; Błonnik: 24.88 g; W tym cukry: 87.25 g; WW: 32.55 Por; Potas: 3958.58 mg; Wapń: 564.47
mg; Fosfor: 1163.45 mg; Żelazo: 8.60 mg; Magnez: 272.39 mg;

niedziela 2025-06-08			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1982.05 kcal; Białko ogółem: 52.72 g; Tłuszcz ogółem: 49.26 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; Kw. tł.
nasycone: 16.54 g; Sól: 3.20 g; Sód: 1177.47 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 72.11 g; WW: 29.68 Por; Potas: 3344.79 mg; Wapń: 217.49
mg; Fosfor: 693.89 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 227.85 mg;

niedziela 2025-06-08			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 80g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2309.32 kcal; Białko ogółem: 54.76 g; Tłuszcz ogółem: 72.49 g; Węglowodany ogółem: 318.93 g; Kw. tł.
nasycone: 25.08 g; Sól: 2.71 g; Sód: 574.30 mg; Błonnik: 30.45 g; W tym cukry: 79.62 g; WW: 32.11 Por; Potas: 3598.63 mg; Wapń: 394.17
mg; Fosfor: 796.19 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 249.81 mg;

niedziela 2025-06-08			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 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</i> , <i>S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1944.70 kcal; Białko ogółem: 59.29 g; Tłuszcz ogółem: 54.74 g; Węglowodany ogółem: 317.11 g; Kw. tł.
nasycone: 10.51 g; Sól: 4.91 g; Sód: 1136.72 mg; Błonnik: 24.97 g; W tym cukry: 73.67 g; WW: 32.05 Por; Potas: 3552.04 mg; Wapń: 205.19
mg; Fosfor: 692.89 mg; Żelazo: 8.30 mg; Magnez: 237.35 mg;

niedziela 2025-06-08			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>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</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2213.18 kcal; Białko ogółem: 56.86 g; Tłuszcz ogółem: 54.03 g; Węglowodany ogółem: 340.16 g; Kw. tł.
nasycone: 19.25 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1302.50 mg; Błonnik: 39.43 g; W tym cukry: 96.78 g; WW: 34.15 Por; Potas: 4125.93 mg; Wapń: 462.87
mg; Fosfor: 915.11 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 312.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-06-08			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyniu) 300ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (MLE),		Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 250ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2445.29 kcal; Białko ogółem: 108.82 g; Tłuszcz ogółem: 73.36 g; Węglowodany ogółem: 281.30 g; Kw. tł. nasycone: 24.21 g; Sól: 1.87 g; Sód: 586.68 mg; Błonnik: 18.72 g; W tym cukry: 91.88 g; WW: 28.46 Por; Potas: 4250.03 mg; Wapń: 924.11 mg; Fosfor: 1494.03 mg; Żelazo: 6.70 mg; Magnez: 290.96 mg;

niedziela 2025-06-08			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa dyniowa z brązowym ryżem 300ml (MLE, SEL), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem b/soli 100g (SEL, S02), Marchewka duszona b/soli 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2234.85 kcal; Białko ogółem: 60.06 g; Tłuszcz ogółem: 52.52 g; Węglowodany ogółem: 344.64 g; Kw. tł. nasycone: 20.12 g; Sól: 3.39 g; Sód: 1252.98 mg; Błonnik: 26.76 g; W tym cukry: 81.40 g; WW: 34.77 Por; Potas: 3814.59 mg; Wapń: 413.49 mg; Fosfor: 923.99 mg; Żelazo: 8.45 mg; Magnez: 284.95 mg;

niedziela 2025-06-08			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 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 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.25 kcal; Białko ogółem: 59.11 g; Tłuszcz ogółem: 51.27 g; Węglowodany ogółem: 317.54 g; Kw. tł. nasycone: 19.45 g; Sól: 3.38 g; Sód: 1251.57 mg; Błonnik: 24.63 g; W tym cukry: 81.20 g; WW: 32.04 Por; Potas: 3758.79 mg; Wapń: 405.89 mg; Fosfor: 875.99 mg; Żelazo: 8.22 mg; Magnez: 254.55 mg;

niedziela 2025-06-08			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (SOJ, MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 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 ,		Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata masłowa 20g ,	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Gruszka gotowana 130g , Herbata b/c 250ml ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1940.31 kcal; Białko ogółem: 74.01 g; Tłuszcz ogółem: 56.19 g; Węglowodany ogółem: 252.18 g; Kw. tł. nasycone: 19.84 g; Sól: 5.78 g; Sód: 1547.27 mg; Błonnik: 35.16 g; W tym cukry: 49.41 g; WW: 25.36 Por; Potas: 3542.99 mg; Wapń: 556.79 mg; Fosfor: 1176.79 mg; Żelazo: 10.77 mg; Magnez: 317.45 mg;

niedziela 2025-06-08			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 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 b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Salata masłowa 20g ,	
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1879.05 kcal; Białko ogółem: 41.97 g; Tłuszcz ogółem: 62.25 g; Węglowodany ogółem: 295.71 g; Kw. tł. nasycone: 11.02 g; Sól: 2.73 g; Sód: 264.59 mg; Błonnik: 29.22 g; W tym cukry: 70.87 g; WW: 29.84 Por; Potas: 3286.50 mg; Wapń: 169.59 mg; Fosfor: 517.96 mg; Żelazo: 5.70 mg; Magnez: 194.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-09 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 b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2328.50 kcal; Białko ogółem: 88.05 g; Tłuszcz ogółem: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 368.29 g; Kw. tł. nasycone: 10.83 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2097.54 mg; Błonnik: 40.68 g; W tym cukry: 77.83 g; WW: 36.92 Por; Potas: 3750.82 mg; Wapń: 550.56 mg; Fosfor: 1337.59 mg; Żelazo: 12.60 mg; Magnez: 351.70 mg;

poniedziałek 2025-06-09 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 , Pomarańcza 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2081.42 kcal; Białko ogółem: 90.86 g; Tłuszcz ogółem: 35.32 g; Węglowodany ogółem: 318.65 g; Kw. tł. nasycone: 11.54 g; Sól: 6.66 g; Sód: 2174.34 mg; Błonnik: 41.70 g; W tym cukry: 58.83 g; WW: 31.96 Por; Potas: 3942.42 mg; Wapń: 670.36 mg; Fosfor: 1506.59 mg; Żelazo: 13.60 mg; Magnez: 394.70 mg;

poniedziałek 2025-06-09 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 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 sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2119.28 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz ogółem: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 340.88 g; Kw. tł. nasycone: 10.18 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1150.79 mg; Błonnik: 26.64 g; W tym cukry: 50.16 g; WW: 34.37 Por; Potas: 3259.24 mg; Wapń: 482.75 mg; Fosfor: 1094.83 mg; Żelazo: 9.95 mg; Magnez: 226.30 mg;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2006.00 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz ogółem: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 322.34 g; Kw. tł. nasycone: 8.01 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1150.79 mg; Błonnik: 26.64 g; W tym cukry: 50.16 g; WW: 32.47 Por; Potas: 3259.24 mg; Wapń: 482.75 mg; Fosfor: 1094.83 mg; Żelazo: 9.95 mg; Magnez: 226.30 mg;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1796.50 kcal; Białko ogółem: 63.94 g; Tłuszcz ogółem: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 271.58 g; Kw. tł. nasycone: 7.17 g; Sól: 1.79 g; Sód: 325.29 mg; Błonnik: 29.54 g; W tym cukry: 40.17 g; WW: 27.34 Por; Potas: 2823.74 mg; Wapń: 272.75 mg; Fosfor: 817.83 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 172.30 mg;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,
--	--	--

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

poniedziałek 2025-06-09 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 zieleńiną 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1920.49 kcal; Białko ogółem: 80.90 g; Tłuszcz ogółem: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 306.07 g; Kw. tł. nasycone: 9.58 g; Sól: 4.09 g; Sód: 1103.88 mg; Błonnik: 26.35 g; W tym cukry: 46.77 g; WW: 30.94 Por; Potas: 2838.21 mg; Wapń: 483.90 mg; Fosfor: 972.97 mg; Żelazo: 9.41 mg; Magnez: 207.62 mg;

poniedziałek 2025-06-09 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>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2213.52 kcal; Białko ogółem: 102.92 g; Tłuszcz ogółem: 35.04 g; Węglowodany ogółem: 334.32 g; Kw. tł. nasycone: 10.45 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1190.89 mg; Błonnik: 26.94 g; W tym cukry: 54.11 g; WW: 33.69 Por; Potas: 3374.94 mg; Wapń: 580.35 mg; Fosfor: 1228.63 mg; Żelazo: 10.08 mg; Magnez: 235.90 mg;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1806.68 kcal; Białko ogółem: 79.13 g; Tłuszcz ogółem: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 281.83 g; Kw. tł. nasycone: 6.27 g; Sól: 3.71 g; Sód: 1055.14 mg; Błonnik: 21.53 g; W tym cukry: 37.77 g; WW: 28.38 Por; Potas: 2576.63 mg; Wapń: 243.48 mg; Fosfor: 897.98 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 181.37 mg;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1953.36 kcal; Białko ogółem: 68.11 g; Tłuszcz ogółem: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 295.53 g; Kw. tł. nasycone: 8.53 g; Sól: 1.92 g; Sód: 337.84 mg; Błonnik: 28.81 g; W tym cukry: 45.55 g; WW: 29.73 Por; Potas: 2796.16 mg; Wapń: 433.09 mg; Fosfor: 851.05 mg; Żelazo: 7.12 mg; Magnez: 172.92 mg;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (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 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1970.98 kcal; Białko ogółem: 79.69 g; Tłuszcz ogółem: 54.02 g; Węglowodany ogółem: 305.14 g; Kw. tł. nasycone: 11.44 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1181.83 mg; Błonnik: 26.86 g; W tym cukry: 41.70 g; WW: 30.76 Por; Potas: 3060.24 mg; Wapń: 269.15 mg; Fosfor: 902.33 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 212.00 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka warzywna z ciecierzycą i groszkiem 180g (<i>MLE</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 , 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 , Salátka masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1874.36 kcal; Białko ogółem: 55.42 g; Tłuszcz ogółem: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 309.47 g; Kw. tł. nasycone: 9.50 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1714.80 mg; Błonnik: 35.06 g; W tym cukry: 50.31 g; WW: 31.06 Por; Potas: 2816.74 mg; Wapń: 476.00 mg; Fosfor: 945.91 mg; Żelazo: 9.77 mg; Magnez: 269.12 mg;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.35 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz ogółem: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 334.10 g; Kw. tł. nasycone: 4.62 g; Sól: 1.08 g; Sód: 427.94 mg; Błonnik: 26.57 g; W tym cukry: 57.55 g; WW: 33.71 Por; Potas: 4697.70 mg; Wapń: 205.29 mg; Fosfor: 1397.32 mg; Żelazo: 8.71 mg; Magnez: 304.38 mg;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka b/soli (100g mięsa, 80g sos) 200g (<i>GLU</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2083.23 kcal; Białko ogółem: 82.90 g; Tłuszcz ogółem: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 334.59 g; Kw. tł. nasycone: 9.71 g; Sól: 3.93 g; Sód: 1134.61 mg; Błonnik: 27.39 g; W tym cukry: 51.00 g; WW: 33.72 Por; Potas: 3211.36 mg; Wapń: 487.16 mg; Fosfor: 1038.57 mg; Żelazo: 9.87 mg; Magnez: 221.76 mg;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2036.00 kcal; Białko ogółem: 87.97 g; Tłuszcz ogółem: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 332.04 g; Kw. tł. nasycone: 9.61 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1150.79 mg; Błonnik: 26.64 g; W tym cukry: 50.16 g; WW: 33.47 Por; Potas: 3259.24 mg; Wapń: 482.75 mg; Fosfor: 1094.83 mg; Żelazo: 9.95 mg; Magnez: 226.30 mg;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka 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 sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Salátka masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2010.40 kcal; Białko ogółem: 97.85 g; Tłuszcz ogółem: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 295.06 g; Kw. tł. nasycone: 9.64 g; Sól: 5.96 g; Sód: 1443.29 mg; Błonnik: 37.66 g; W tym cukry: 43.25 g; WW: 29.78 Por; Potas: 3702.04 mg; Wapń: 623.65 mg; Fosfor: 1433.93 mg; Żelazo: 13.13 mg; Magnez: 347.80 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-09		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Potrawka drobiowa z kurczaka (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 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pasta warzywna 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (SOJ), Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1835.71 kcal; Białko ogółem: 55.28 g; Tłuszcz ogółem: 59.77 g; Węglowodany ogółem: 276.48 g; Kw. tł. nasycone: 11.63 g; Sól: 2.32 g; Sód: 255.17 mg; Błonnik: 29.33 g; W tym cukry: 36.88 g; WW: 27.81 Por; Potas: 2563.56 mg; Wapń: 214.99 mg; Fosfor: 636.35 mg; Żelazo: 6.95 mg; Magnez: 153.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-06-10 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 pieczarkowy 100ml (<i>GLU, MLE</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: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Biskopity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2392.22 kcal; Białko ogółem: 89.47 g; Tłuszcz ogółem: 58.39 g; Węglowodany ogółem: 310.06 g; Kw. tł. nasycone: 16.85 g; Sól: 6.70 g; Sód: 2174.40 mg; Błonnik: 37.96 g; W tym cukry: 68.65 g; WW: 31.10 Por; Potas: 3540.74 mg; Wapń: 818.94 mg; Fosfor: 1516.70 mg; Żelazo: 12.11 mg; Magnez: 316.67 mg;

wtorek 2025-06-10 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>), 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: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2072.24 kcal; Białko ogółem: 90.54 g; Tłuszcz ogółem: 55.17 g; Węglowodany ogółem: 263.95 g; Kw. tł. nasycone: 17.34 g; Sól: 6.81 g; Sód: 2242.85 mg; Błonnik: 37.51 g; W tym cukry: 49.30 g; WW: 26.42 Por; Potas: 3537.94 mg; Wapń: 916.04 mg; Fosfor: 1566.75 mg; Żelazo: 12.36 mg; Magnez: 347.02 mg;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 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 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Biskopity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2086.27 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz ogółem: 44.77 g; Węglowodany ogółem: 285.21 g; Kw. tł. nasycone: 10.75 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1094.68 mg; Błonnik: 19.06 g; W tym cukry: 34.16 g; WW: 28.76 Por; Potas: 2872.60 mg; Wapń: 392.16 mg; Fosfor: 1027.19 mg; Żelazo: 8.31 mg; Magnez: 210.26 mg;

wtorek 2025-06-10 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 , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	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 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Biskopity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1998.27 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz ogółem: 44.61 g; Węglowodany ogółem: 279.19 g; Kw. tł. nasycone: 8.65 g; Sól: 4.24 g; Sód: 1102.68 mg; Błonnik: 19.94 g; W tym cukry: 37.12 g; WW: 28.12 Por; Potas: 3157.40 mg; Wapń: 393.36 mg; Fosfor: 1043.99 mg; Żelazo: 8.63 mg; Magnez: 216.26 mg;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z 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 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Biskopity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1977.95 kcal; Białko ogółem: 56.11 g; Tłuszcz ogółem: 57.50 g; Węglowodany ogółem: 249.75 g; Kw. tł. nasycone: 9.59 g; Sól: 2.30 g; Sód: 317.75 mg; Błonnik: 23.55 g; W tym cukry: 26.50 g; WW: 25.12 Por; Potas: 2652.21 mg; Wapń: 153.22 mg; Fosfor: 707.72 mg; Żelazo: 5.96 mg; Magnez: 156.92 mg;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biskoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2418.29 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz ogółem: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 308.45 g; Kw. tł. nasycone: 25.30 g; Sól: 1.67 g; Sód: 571.79 mg; Błonnik: 21.53 g; W tym cukry: 99.88 g; WW: 31.13 Por; Potas: 4289.45 mg; Wapń: 898.34 mg; Fosfor: 1612.31 mg; Żelazo: 8.06 mg; Magnez: 338.59 mg;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Pasta z wędliny z zieleniną 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (papka) 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.27 kcal; Białko ogółem: 79.34 g; Tłuszcz ogółem: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 311.27 g; Kw. tł. nasycone: 9.84 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1120.22 mg; Błonnik: 27.18 g; W tym cukry: 49.71 g; WW: 31.42 Por; Potas: 3193.81 mg; Wapń: 415.81 mg; Fosfor: 1047.98 mg; Żelazo: 9.38 mg; Magnez: 225.65 mg;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 400ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (GLU),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Biskopki 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2273.85 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz ogółem: 51.95 g; Węglowodany ogółem: 283.92 g; Kw. tł. nasycone: 13.07 g; Sól: 4.44 g; Sód: 1178.90 mg; Błonnik: 20.18 g; W tym cukry: 43.50 g; WW: 28.61 Por; Potas: 3379.85 mg; Wapń: 570.16 mg; Fosfor: 1362.17 mg; Żelazo: 9.04 mg; Magnez: 235.23 mg;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (GLU),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Biskopki 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1872.80 kcal; Białko ogółem: 71.05 g; Tłuszcz ogółem: 41.10 g; Węglowodany ogółem: 249.49 g; Kw. tł. nasycone: 6.81 g; Sól: 4.05 g; Sód: 1020.50 mg; Błonnik: 18.57 g; W tym cukry: 27.39 g; WW: 25.12 Por; Potas: 2721.76 mg; Wapń: 183.62 mg; Fosfor: 836.22 mg; Żelazo: 7.90 mg; Magnez: 186.82 mg;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (MLE), Szynka z indykiem 40g (SOJ), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2065.13 kcal; Białko ogółem: 64.87 g; Tłuszcz ogółem: 45.73 g; Węglowodany ogółem: 302.65 g; Kw. tł. nasycone: 9.52 g; Sól: 3.75 g; Sód: 313.14 mg; Błonnik: 24.24 g; W tym cukry: 69.13 g; WW: 30.52 Por; Potas: 3088.25 mg; Wapń: 352.96 mg; Fosfor: 803.07 mg; Żelazo: 5.64 mg; Magnez: 202.67 mg;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt, Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (GLU),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt, Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sok przecierowy 100% 1szt ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1978.97 kcal; Białko ogółem: 67.39 g; Tłuszcz ogółem: 58.89 g; Węglowodany ogółem: 305.91 g; Kw. tł. nasycone: 9.91 g; Sól: 4.80 g; Sód: 1002.44 mg; Błonnik: 24.99 g; W tym cukry: 77.59 g; WW: 30.89 Por; Potas: 3491.68 mg; Wapń: 156.03 mg; Fosfor: 791.29 mg; Żelazo: 8.73 mg; Magnez: 248.25 mg;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kapuśniak z mieszanej kapusty z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto warzywne i groszkiem zielonym (wege) 300g (GLU, SEL), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (MLE), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Biskopki 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1886.22 kcal; Białko ogółem: 61.95 g; Tłuszcz ogółem: 41.67 g; Węglowodany ogółem: 262.89 g; Kw. tł. nasycone: 13.74 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1980.25 mg; Błonnik: 33.40 g; W tym cukry: 46.74 g; WW: 26.42 Por; Potas: 2739.20 mg; Wapń: 771.66 mg; Fosfor: 1116.66 mg; Żelazo: 10.06 mg; Magnez: 265.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-10			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),	Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.15 kcal; Białko ogółem: 91.50 g; Tłuszcz ogółem: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 277.09 g; Kw. tł. nasycone: 3.81 g; Sól: 0.93 g; Sód: 362.32 mg; Błonnik: 18.62 g; W tym cukry: 79.78 g; WW: 27.98 Por; Potas: 3659.62 mg; Wapń: 153.68 mg; Fosfor: 1117.30 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 241.34 mg;

wtorek 2025-06-10			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	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 zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Biskopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1908.64 kcal; Białko ogółem: 74.24 g; Tłuszcz ogółem: 40.39 g; Węglowodany ogółem: 257.03 g; Kw. tł. nasycone: 10.00 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1154.60 mg; Błonnik: 19.00 g; W tym cukry: 35.68 g; WW: 25.85 Por; Potas: 2338.06 mg; Wapń: 366.83 mg; Fosfor: 920.37 mg; Żelazo: 7.54 mg; Magnez: 179.65 mg;

wtorek 2025-06-10			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	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 zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Biskopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1994.42 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz ogółem: 43.10 g; Węglowodany ogółem: 279.34 g; Kw. tł. nasycone: 9.70 g; Sól: 4.22 g; Sód: 1093.55 mg; Błonnik: 19.92 g; W tym cukry: 36.45 g; WW: 28.14 Por; Potas: 3131.46 mg; Wapń: 373.27 mg; Fosfor: 1001.07 mg; Żelazo: 8.57 mg; Magnez: 214.12 mg;

wtorek 2025-06-10			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>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	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 zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jablko gotowane 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1993.60 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz ogółem: 46.83 g; Węglowodany ogółem: 257.23 g; Kw. tł. nasycone: 11.70 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1378.77 mg; Błonnik: 32.90 g; W tym cukry: 39.35 g; WW: 25.88 Por; Potas: 3275.42 mg; Wapń: 506.44 mg; Fosfor: 1312.68 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 319.35 mg;

wtorek 2025-06-10			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyinka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	
II Śniadanie: Jablko gotowane 1szt ,		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1906.86 kcal; Białko ogółem: 45.56 g; Tłuszcz ogółem: 67.86 g; Węglowodany ogółem: 283.87 g; Kw. tł. nasycone: 10.08 g; Sól: 2.97 g; Sód: 269.89 mg; Błonnik: 26.92 g; W tym cukry: 73.99 g; WW: 28.63 Por; Potas: 2951.88 mg; Wapń: 109.88 mg; Fosfor: 525.22 mg; Żelazo: 5.48 mg; Magnez: 180.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 30g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor 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 b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Jabłko 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2496.31 kcal; Białko ogółem: 78.20 g; Tłuszcz ogółem: 67.14 g; Węglowodany ogółem: 343.56 g; Kw. tł. nasycone: 17.39 g; Sól: 6.37 g; Sód: 2144.48 mg; Błonnik: 40.49 g; W tym cukry: 87.06 g; WW: 34.44 Por; Potas: 4144.87 mg; Wapń: 515.90 mg; Fosfor: 1356.45 mg; Żelazo: 14.18 mg; Magnez: 359.69 mg;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ketchup 30g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa warzywna z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z tuńczyka, jajka i twarogu 40g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Pomidor 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 , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2172.56 kcal; Białko ogółem: 79.01 g; Tłuszcz ogółem: 65.59 g; Węglowodany ogółem: 285.92 g; Kw. tł. nasycone: 16.17 g; Sól: 6.47 g; Sód: 2218.18 mg; Błonnik: 39.56 g; W tym cukry: 53.70 g; WW: 28.73 Por; Potas: 4073.92 mg; Wapń: 621.20 mg; Fosfor: 1422.30 mg; Żelazo: 13.75 mg; Magnez: 393.43 mg;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</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 własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2281.21 kcal; Białko ogółem: 73.52 g; Tłuszcz ogółem: 42.58 g; Węglowodany ogółem: 365.87 g; Kw. tł. nasycone: 10.74 g; Sól: 3.29 g; Sód: 1254.52 mg; Błonnik: 28.97 g; W tym cukry: 86.58 g; WW: 36.98 Por; Potas: 4349.55 mg; Wapń: 491.40 mg; Fosfor: 1124.18 mg; Żelazo: 11.33 mg; Magnez: 325.43 mg;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), 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 koperkiem 200g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1906.91 kcal; Białko ogółem: 72.46 g; Tłuszcz ogółem: 41.66 g; Węglowodany ogółem: 290.19 g; Kw. tł. nasycone: 8.35 g; Sól: 3.27 g; Sód: 1252.52 mg; Błonnik: 25.57 g; W tym cukry: 48.18 g; WW: 29.28 Por; Potas: 3559.55 mg; Wapń: 479.40 mg; Fosfor: 1084.18 mg; Żelazo: 10.53 mg; Magnez: 259.43 mg;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1686.01 kcal; Białko ogółem: 45.35 g; Tłuszcz ogółem: 40.92 g; Węglowodany ogółem: 241.44 g; Kw. tł. nasycone: 7.20 g; Sól: 1.11 g; Sód: 425.52 mg; Błonnik: 27.30 g; W tym cukry: 38.16 g; WW: 24.36 Por; Potas: 3010.35 mg; Wapń: 253.20 mg; Fosfor: 677.28 mg; Żelazo: 7.01 mg; Magnez: 166.73 mg;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2115.77 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz ogółem: 59.69 g; Węglowodany ogółem: 306.35 g; Kw. tł. nasycone: 17.31 g; Sól: 1.51 g; Sód: 563.91 mg; Błonnik: 19.47 g; W tym cukry: 104.16 g; WW: 30.93 Por; Potas: 4268.15 mg; Wapń: 861.26 mg; Fosfor: 1435.93 mg; Żelazo: 6.82 mg; Magnez: 285.59 mg;

środa 2025-06-11Jadłospis 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 koperkiem 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: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1981.88 kcal; Białko ogółem: 77.64 g; Tłuszcz ogółem: 36.16 g; Węglowodany ogółem: 299.92 g; Kw. tł. nasycone: 11.09 g; Sól: 3.19 g; Sód: 1216.84 mg; Błonnik: 26.38 g; W tym cukry: 43.44 g; WW: 30.35 Por; Potas: 3324.12 mg; Wapń: 597.29 mg; Fosfor: 1173.49 mg; Żelazo: 9.97 mg; Magnez: 272.05 mg;

środa 2025-06-11Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sos własny 60ml (<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>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2165.64 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz ogółem: 47.75 g; Węglowodany ogółem: 302.61 g; Kw. tł. nasycone: 11.62 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1301.92 mg; Błonnik: 26.26 g; W tym cukry: 52.93 g; WW: 30.55 Por; Potas: 3735.75 mg; Wapń: 601.20 mg; Fosfor: 1306.68 mg; Żelazo: 11.09 mg; Magnez: 283.73 mg;

środa 2025-06-11Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 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>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1758.29 kcal; Białko ogółem: 62.88 g; Tłuszcz ogółem: 37.10 g; Węglowodany ogółem: 253.27 g; Kw. tł. nasycone: 6.70 g; Sól: 2.91 g; Sód: 1104.89 mg; Błonnik: 19.80 g; W tym cukry: 35.50 g; WW: 25.55 Por; Potas: 2994.59 mg; Wapń: 249.48 mg; Fosfor: 796.60 mg; Żelazo: 8.79 mg; Magnez: 188.08 mg;

środa 2025-06-11Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glutenu 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki z koperkiem 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 , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1870.98 kcal; Białko ogółem: 59.96 g; Tłuszcz ogółem: 45.40 g; Węglowodany ogółem: 262.49 g; Kw. tł. nasycone: 9.41 g; Sól: 1.29 g; Sód: 455.99 mg; Błonnik: 27.95 g; W tym cukry: 46.76 g; WW: 26.47 Por; Potas: 3260.58 mg; Wapń: 451.42 mg; Fosfor: 830.58 mg; Żelazo: 6.95 mg; Magnez: 182.99 mg;

środa 2025-06-11Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>),	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1878.96 kcal; Białko ogółem: 67.59 g; Tłuszcz ogółem: 62.21 g; Węglowodany ogółem: 274.65 g; Kw. tł. nasycone: 11.81 g; Sól: 3.94 g; Sód: 1288.88 mg; Błonnik: 24.43 g; W tym cukry: 40.39 g; WW: 27.76 Por; Potas: 3277.25 mg; Wapń: 271.15 mg; Fosfor: 836.28 mg; Żelazo: 9.71 mg; Magnez: 208.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-11			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,			Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</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 , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Jabłko 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1980.72 kcal; Białko ogółem: 52.55 g; Tłuszcz ogółem: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 298.79 g; Kw. tł. nasycone: 10.09 g; Sól: 3.48 g; Sód: 1255.46 mg; Błonnik: 42.44 g; W tym cukry: 62.87 g; WW: 30.03 Por; Potas: 3357.91 mg; Wapń: 483.13 mg; Fosfor: 1043.15 mg; Żelazo: 10.97 mg; Magnez: 289.82 mg;

środa 2025-06-11			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem i kaszą mnną) 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,			Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,
			Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2232.30 kcal; Białko ogółem: 111.55 g; Tłuszcz ogółem: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 339.27 g; Kw. tł. nasycone: 4.63 g; Sól: 1.07 g; Sód: 422.54 mg; Błonnik: 27.26 g; W tym cukry: 62.57 g; WW: 34.22 Por; Potas: 4687.10 mg; Wapń: 190.04 mg; Fosfor: 1388.22 mg; Żelazo: 8.52 mg; Magnez: 299.08 mg;

środa 2025-06-11			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,			Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera, 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>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1984.73 kcal; Białko ogółem: 70.34 g; Tłuszcz ogółem: 41.49 g; Węglowodany ogółem: 295.40 g; Kw. tł. nasycone: 10.25 g; Sól: 3.19 g; Sód: 1217.15 mg; Błonnik: 25.35 g; W tym cukry: 47.29 g; WW: 29.82 Por; Potas: 3527.99 mg; Wapń: 456.05 mg; Fosfor: 1060.02 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 255.68 mg;

środa 2025-06-11			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), 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>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1936.91 kcal; Białko ogółem: 71.36 g; Tłuszcz ogółem: 41.16 g; Węglowodany ogółem: 299.89 g; Kw. tł. nasycone: 9.95 g; Sól: 3.27 g; Sód: 1252.52 mg; Błonnik: 25.57 g; W tym cukry: 48.18 g; WW: 30.28 Por; Potas: 3559.55 mg; Wapń: 479.40 mg; Fosfor: 1084.18 mg; Żelazo: 10.53 mg; Magnez: 259.43 mg;

środa 2025-06-11			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,			Zupa warzywna z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 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 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka gotowana 130g ,
			Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1975.34 kcal; Białko ogółem: 79.81 g; Tłuszcz ogółem: 44.51 g; Węglowodany ogółem: 283.53 g; Kw. tł. nasycone: 10.34 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1551.92 mg; Błonnik: 40.37 g; W tym cukry: 54.60 g; WW: 28.61 Por; Potas: 4105.50 mg; Wapń: 636.80 mg; Fosfor: 1375.83 mg; Żelazo: 13.14 mg; Magnez: 387.47 mg;

środa 2025-06-11			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica wieprzowa 40g , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,			Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glutenu 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki z koperkiem 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 , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Marchewka gotowana na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Sałata masłowa 10g ,			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1717.62 kcal; Białko ogółem: 48.00 g; Tłuszcz ogółem: 65.67 g; Węglowodany ogółem: 240.31 g; Kw. tł. nasycone: 11.48 g; Sól: 1.59 g; Sód: 348.83 mg; Błonnik: 27.95 g; W tym cukry: 36.52 g; WW: 24.26 Por; Potas: 2939.29 mg; Wapń: 194.26 mg; Fosfor: 548.66 mg; Żelazo: 6.73 mg; Magnez: 157.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą (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 WN 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleciną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2494.56 kcal; Białko ogółem: 95.18 g; Tłuszcz ogółem: 49.65 g; Węglowodany ogółem: 362.44 g; Kw. tł. nasycone: 17.87 g; Sól: 6.67 g; Sód: 2073.91 mg; Błonnik: 37.55 g; W tym cukry: 84.42 g; WW: 36.37 Por; Potas: 3645.69 mg; Wapń: 982.32 mg; Fosfor: 1638.69 mg; Żelazo: 11.46 mg; Magnez: 318.87 mg;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą (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 WN 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z zieleciną i olejem b/cebuli 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2087.76 kcal; Białko ogółem: 91.51 g; Tłuszcz ogółem: 47.83 g; Węglowodany ogółem: 292.54 g; Kw. tł. nasycone: 15.39 g; Sól: 6.85 g; Sód: 2175.51 mg; Błonnik: 43.79 g; W tym cukry: 54.10 g; WW: 29.40 Por; Potas: 3657.59 mg; Wapń: 932.02 mg; Fosfor: 1737.29 mg; Żelazo: 12.37 mg; Magnez: 430.77 mg;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem drobną 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 , Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2359.72 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz ogółem: 48.98 g; Węglowodany ogółem: 364.45 g; Kw. tł. nasycone: 24.92 g; Sól: 4.97 g; Sód: 1425.21 mg; Błonnik: 25.40 g; W tym cukry: 56.01 g; WW: 36.65 Por; Potas: 3517.79 mg; Wapń: 612.72 mg; Fosfor: 1233.79 mg; Żelazo: 9.46 mg; Magnez: 262.86 mg;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z 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 drobną 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 , Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2246.44 kcal; Białko ogółem: 86.42 g; Tłuszcz ogółem: 48.53 g; Węglowodany ogółem: 345.91 g; Kw. tł. nasycone: 22.75 g; Sól: 4.96 g; Sód: 1425.21 mg; Błonnik: 25.40 g; W tym cukry: 56.01 g; WW: 34.75 Por; Potas: 3517.79 mg; Wapń: 612.72 mg; Fosfor: 1233.79 mg; Żelazo: 9.46 mg; Magnez: 262.86 mg;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem drobną 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 , Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2274.04 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz ogółem: 41.43 g; Węglowodany ogółem: 355.22 g; Kw. tł. nasycone: 19.89 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1346.01 mg; Błonnik: 25.40 g; W tym cukry: 55.59 g; WW: 35.71 Por; Potas: 3504.59 mg; Wapń: 601.72 mg; Fosfor: 1209.19 mg; Żelazo: 9.42 mg; Magnez: 261.26 mg;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyniu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2376.31 kcal; Białko ogółem: 105.58 g; Tłuszcz ogółem: 68.95 g; Węglowodany ogółem: 288.57 g; Kw. tł. nasycone: 22.70 g; Sól: 1.60 g; Sód: 507.76 mg; Błonnik: 19.16 g; W tym cukry: 50.89 g; WW: 29.13 Por; Potas: 3947.25 mg; Wapń: 706.31 mg; Fosfor: 1366.93 mg; Żelazo: 6.89 mg; Magnez: 280.26 mg;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny z zieleciną 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna 100g ,	Zupa ziemniaczana (papka) 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko (papka) 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem (papka) 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 (papka) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2254.42 kcal; Białko ogółem: 89.25 g; Tłuszcz ogółem: 42.80 g; Węglowodany ogółem: 341.07 g; Kw. tł. nasycone: 21.58 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1355.71 mg; Błonnik: 25.28 g; W tym cukry: 54.61 g; WW: 34.36 Por; Potas: 3512.45 mg; Wapń: 744.80 mg; Fosfor: 1290.60 mg; Żelazo: 9.57 mg; Magnez: 277.86 mg;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem drobna 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kasza manna na mleku z gruszką 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2308.94 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz ogółem: 35.04 g; Węglowodany ogółem: 350.82 g; Kw. tł. nasycone: 12.93 g; Sól: 5.82 g; Sód: 1526.81 mg; Błonnik: 25.40 g; W tym cukry: 60.10 g; WW: 35.25 Por; Potas: 3632.59 mg; Wapń: 718.92 mg; Fosfor: 1453.59 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 271.66 mg;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salatką z pomidora z zieleciną i olejem b/cebuli 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kasza manna na mleku z gruszką 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2025.06 kcal; Białko ogółem: 73.48 g; Tłuszcz ogółem: 41.69 g; Węglowodany ogółem: 297.84 g; Kw. tł. nasycone: 16.55 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1198.93 mg; Błonnik: 16.61 g; W tym cukry: 38.84 g; WW: 29.86 Por; Potas: 2704.92 mg; Wapń: 353.80 mg; Fosfor: 954.05 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 201.21 mg;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (MLE, 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 drobna 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2162.84 kcal; Białko ogółem: 67.28 g; Tłuszcz ogółem: 53.36 g; Węglowodany ogółem: 311.39 g; Kw. tł. nasycone: 21.92 g; Sól: 3.53 g; Sód: 599.61 mg; Błonnik: 29.71 g; W tym cukry: 55.80 g; WW: 31.23 Por; Potas: 3110.29 mg; Wapń: 391.62 mg; Fosfor: 873.09 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 190.46 mg;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem drobna 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1952.11 kcal; Białko ogółem: 81.57 g; Tłuszcz ogółem: 46.54 g; Węglowodany ogółem: 315.24 g; Kw. tł. nasycone: 9.85 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1197.88 mg; Błonnik: 26.38 g; W tym cukry: 50.49 g; WW: 31.74 Por; Potas: 3445.93 mg; Wapń: 215.08 mg; Fosfor: 960.57 mg; Żelazo: 9.34 mg; Magnez: 231.48 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-06-12		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z fasolą b/mięsa wege 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem drobna 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>), Sałatka z pomidora z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2207.57 kcal; Białko ogółem: 64.25 g; Tłuszcz ogółem: 53.93 g; Węglowodany ogółem: 322.23 g; Kw. tł. nasycone: 24.37 g; Sól: 5.98 g; Sód: 2306.60 mg; Błonnik: 36.17 g; W tym cukry: 54.92 g; WW: 32.32 Por; Potas: 2919.57 mg; Wapń: 913.53 mg; Fosfor: 1296.07 mg; Żelazo: 9.47 mg; Magnez: 294.26 mg;

czwartek 2025-06-12		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa (na wywarze, z mięsem i ryżem) 500ml (<i>SEL</i>),	Płynna obiadowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna (na wywarze, z mięsem, kaszą manną) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1935.05 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz ogółem: 48.71 g; Węglowodany ogółem: 286.65 g; Kw. tł. nasycone: 5.66 g; Sól: 1.09 g; Sód: 431.72 mg; Błonnik: 19.42 g; W tym cukry: 66.11 g; WW: 28.94 Por; Potas: 3964.92 mg; Wapń: 344.78 mg; Fosfor: 1281.70 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 268.74 mg;

czwartek 2025-06-12		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli i b/soli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem drobna 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 , Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2170.84 kcal; Białko ogółem: 81.33 g; Tłuszcz ogółem: 41.22 g; Węglowodany ogółem: 331.55 g; Kw. tł. nasycone: 19.84 g; Sól: 4.76 g; Sód: 1344.21 mg; Błonnik: 24.68 g; W tym cukry: 55.53 g; WW: 33.34 Por; Potas: 3471.29 mg; Wapń: 598.72 mg; Fosfor: 1168.69 mg; Żelazo: 9.18 mg; Magnez: 257.36 mg;

czwartek 2025-06-12		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem drobna 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2199.64 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz ogółem: 40.61 g; Węglowodany ogółem: 355.13 g; Kw. tł. nasycone: 19.34 g; Sól: 4.76 g; Sód: 1346.01 mg; Błonnik: 25.40 g; W tym cukry: 55.59 g; WW: 35.71 Por; Potas: 3504.59 mg; Wapń: 601.72 mg; Fosfor: 1209.19 mg; Żelazo: 9.42 mg; Magnez: 261.26 mg;

czwartek 2025-06-12		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kociołek meksykański z kurczkiem b/fasoli 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy na sypko 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Surówka Coleslaw z białej kapusty z jogurtem WN 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2098.60 kcal; Białko ogółem: 89.73 g; Tłuszcz ogółem: 43.30 g; Węglowodany ogółem: 308.90 g; Kw. tł. nasycone: 19.20 g; Sól: 5.38 g; Sód: 1583.34 mg; Błonnik: 43.74 g; W tym cukry: 61.20 g; WW: 31.10 Por; Potas: 3850.18 mg; Wapń: 647.78 mg; Fosfor: 1535.48 mg; Żelazo: 12.59 mg; Magnez: 433.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-06-12		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (SEL), Kociolek meksykański z kurczkiem b/fasoli i b/glu 180g (SEL), Ryż na sypko 200g , Cukinia gotowana na parze z koperkiem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem drobną 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 40g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1903.81 kcal; Białko ogółem: 64.78 g; Tłuszcz ogółem: 54.13 g; Węglowodany ogółem: 297.53 g; Kw. tł. nasycone: 10.38 g; Sól: 2.90 g; Sód: 326.18 mg; Błonnik: 30.75 g; W tym cukry: 47.73 g; WW: 29.90 Por; Potas: 3188.33 mg; Wapń: 180.58 mg; Fosfor: 790.37 mg; Żelazo: 6.81 mg; Magnez: 190.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-06-13 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 miodowa drobiowa 40g , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>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 kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 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>), Sałata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Biszkopty 30g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2048.18 kcal; Białko ogółem: 80.43 g; Tłuszcz ogółem: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 284.21 g; Kw. tł. nasycone: 10.87 g; Sól: 5.19 g; Sód: 1510.84 mg; Błonnik: 37.95 g; W tym cukry: 65.88 g; WW: 28.49 Por; Potas: 3452.95 mg; Wapń: 596.35 mg; Fosfor: 1007.00 mg; Żelazo: 10.20 mg; Magnez: 264.67 mg;

piątek 2025-06-13 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>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <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 kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 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>), Sałata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1774.04 kcal; Białko ogółem: 79.56 g; Tłuszcz ogółem: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 257.74 g; Kw. tł. nasycone: 9.18 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1537.30 mg; Błonnik: 42.28 g; W tym cukry: 44.91 g; WW: 25.80 Por; Potas: 3717.85 mg; Wapń: 623.45 mg; Fosfor: 1145.00 mg; Żelazo: 11.74 mg; Magnez: 337.17 mg;

piątek 2025-06-13 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>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Sałata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>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>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 50g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1850.57 kcal; Białko ogółem: 77.38 g; Tłuszcz ogółem: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 292.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.82 g; Sól: 4.06 g; Sód: 1130.62 mg; Błonnik: 23.65 g; W tym cukry: 68.93 g; WW: 29.60 Por; Potas: 2920.63 mg; Wapń: 560.22 mg; Fosfor: 769.27 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 191.23 mg;

piątek 2025-06-13 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
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 miodowa drobiowa 40g , Sałata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1728.67 kcal; Białko ogółem: 74.53 g; Tłuszcz ogółem: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 278.34 g; Kw. tł. nasycone: 7.24 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1088.22 mg; Błonnik: 22.89 g; W tym cukry: 65.39 g; WW: 28.08 Por; Potas: 2911.03 mg; Wapń: 530.02 mg; Fosfor: 777.47 mg; Żelazo: 7.17 mg; Magnez: 183.83 mg;

piątek 2025-06-13 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>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Sałata masłowa 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>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 , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1620.72 kcal; Białko ogółem: 46.80 g; Tłuszcz ogółem: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 263.28 g; Kw. tł. nasycone: 7.71 g; Sól: 1.91 g; Sód: 310.79 mg; Błonnik: 25.77 g; W tym cukry: 61.07 g; WW: 26.55 Por; Potas: 2558.12 mg; Wapń: 453.05 mg; Fosfor: 548.62 mg; Żelazo: 4.55 mg; Magnez: 141.15 mg;

piątek 2025-06-13 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Zupa ml. z płatkami owsianymi z masłem, biszkoptami i bananem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 2216.07 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz ogółem: 69.17 g; Węglowodany ogółem: 276.95 g; Kw. tł. nasycone: 22.05 g; Sól: 1.58 g; Sód: 539.41 mg; Błonnik: 18.70 g; W tym cukry: 82.27 g; WW: 28.01 Por; Potas: 4221.50 mg; Wapń: 810.71 mg; Fosfor: 1505.13 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 329.04 mg;					
piątek 2025-06-13		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>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,		Zupa selerowa z ryżem (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) papka 100g (<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>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 50g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 1806.34 kcal; Białko ogółem: 77.77 g; Tłuszcz ogółem: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 289.82 g; Kw. tł. nasycone: 9.07 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1067.34 mg; Błonnik: 26.51 g; W tym cukry: 61.24 g; WW: 29.37 Por; Potas: 2866.28 mg; Wapń: 568.21 mg; Fosfor: 807.69 mg; Żelazo: 7.93 mg; Magnez: 196.61 mg;					
piątek 2025-06-13		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>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Salata masłowa 20g ,		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>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 80g (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 1983.68 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz ogółem: 40.22 g; Węglowodany ogółem: 281.16 g; Kw. tł. nasycone: 18.82 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1258.01 mg; Błonnik: 23.37 g; W tym cukry: 67.28 g; WW: 28.33 Por; Potas: 3008.65 mg; Wapń: 578.62 mg; Fosfor: 874.21 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 190.69 mg;					
piątek 2025-06-13		Jadłospis 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 40g , Salata masłowa 20g ,		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 , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 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 ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 1564.98 kcal; Białko ogółem: 64.56 g; Tłuszcz ogółem: 15.61 g; Węglowodany ogółem: 250.71 g; Kw. tł. nasycone: 4.40 g; Sól: 3.44 g; Sód: 923.53 mg; Błonnik: 18.49 g; W tym cukry: 45.04 g; WW: 25.28 Por; Potas: 2160.78 mg; Wapń: 201.29 mg; Fosfor: 524.93 mg; Żelazo: 6.23 mg; Magnez: 138.24 mg;					
piątek 2025-06-13		Jadłospis 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 , Salata masłowa 20g ,		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 , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rzodkiewką 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	
Wartości odżywcze: Kcal: 1599.93 kcal; Białko ogółem: 53.61 g; Tłuszcz ogółem: 24.19 g; Węglowodany ogółem: 248.49 g; Kw. tł. nasycone: 5.20 g; Sól: 2.19 g; Sód: 228.72 mg; Błonnik: 26.17 g; W tym cukry: 51.02 g; WW: 25.02 Por; Potas: 2350.53 mg; Wapń: 205.02 mg; Fosfor: 415.47 mg; Żelazo: 4.82 mg; Magnez: 119.83 mg;					
piątek 2025-06-13		Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna			
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Jajko got. na twardo kl.M 2szt (<i>JAJ</i>), Salata masłowa 20g ,		Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (<i>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 marchewki i jabłka z olejem drobna 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z zielonego groszku 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,				Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 200ml , Wafle ryżowe 10g ,	

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<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 50g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Marchew w słupkach na surowo 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2325.21 kcal; Białko ogółem: 99.28 g; Tłuszcz ogółem: 56.47 g; Węglowodany ogółem: 303.81 g; Kw. tł.

nasycone: 21.15 g; Sól: 7.12 g; Sód: 2213.93 mg; Błonnik: 41.23 g; W tym cukry: 79.11 g; WW: 30.56 Por; Potas: 4168.22 mg; Wapń:

1039.79 mg; Fosfor: 1561.76 mg; Żelazo: 12.74 mg; Magnez: 350.16 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</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>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Marchew w słupkach 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1957.14 kcal; Białko ogółem: 96.01 g; Tłuszcz ogółem: 49.46 g; Węglowodany ogółem: 252.49 g; Kw. tł.

nasycone: 17.46 g; Sól: 6.91 g; Sód: 2159.58 mg; Błonnik: 41.36 g; W tym cukry: 39.44 g; WW: 25.44 Por; Potas: 3940.70 mg; Wapń: 956.24

mg; Fosfor: 1605.48 mg; Żelazo: 13.08 mg; Magnez: 402.19 mg;

sobota 2025-06-14 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>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 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 , Buraczki gotowane 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1984.06 kcal; Białko ogółem: 85.84 g; Tłuszcz ogółem: 38.58 g; Węglowodany ogółem: 283.17 g; Kw. tł.

nasycone: 10.95 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1157.30 mg; Błonnik: 21.68 g; W tym cukry: 50.17 g; WW: 28.55 Por; Potas: 3605.57 mg; Wapń: 586.99

mg; Fosfor: 1080.04 mg; Żelazo: 8.90 mg; Magnez: 240.33 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 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>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1900.66 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz ogółem: 38.46 g; Węglowodany ogółem: 280.33 g; Kw. tł.

nasycone: 8.82 g; Sól: 4.00 g; Sód: 1160.30 mg; Błonnik: 24.68 g; W tym cukry: 64.72 g; WW: 28.25 Por; Potas: 3806.57 mg; Wapń: 592.99

mg; Fosfor: 1093.54 mg; Żelazo: 9.35 mg; Magnez: 244.83 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 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>), Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1664.52 kcal; Białko ogółem: 48.98 g; Tłuszcz ogółem: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 242.73 g; Kw. tł.

nasycone: 6.39 g; Sól: 0.88 g; Sód: 289.36 mg; Błonnik: 27.96 g; W tym cukry: 49.85 g; WW: 24.42 Por; Potas: 3171.20 mg; Wapń: 267.01

mg; Fosfor: 681.95 mg; Żelazo: 6.92 mg; Magnez: 173.97 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.46 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 271.02 g; Kw. tł. nasycone: 19.00 g; Sól: 4.39 g; Sód: 473.31 mg; Błonnik: 16.92 g; W tym cukry: 72.28 g; WW: 27.42 Por; Potas: 3903.70 mg; Wapń: 601.56 mg; Fosfor: 1263.08 mg; Żelazo: 6.20 mg; Magnez: 269.81 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), 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 , Bułka 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: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1979.99 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz ogółem: 33.34 g; Węglowodany ogółem: 289.53 g; Kw. tł. nasycone: 10.35 g; Sól: 3.21 g; Sód: 1177.83 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 61.81 g; WW: 29.27 Por; Potas: 3668.79 mg; Wapń: 572.53 mg; Fosfor: 1149.36 mg; Żelazo: 9.32 mg; Magnez: 249.35 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 80g (JAJ, GOR), Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 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 , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2112.66 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz ogółem: 45.47 g; Węglowodany ogółem: 291.91 g; Kw. tł. nasycone: 12.91 g; Sól: 4.18 g; Sód: 1178.06 mg; Błonnik: 24.70 g; W tym cukry: 66.00 g; WW: 29.43 Por; Potas: 3854.55 mg; Wapń: 631.37 mg; Fosfor: 1184.67 mg; Żelazo: 9.45 mg; Magnez: 248.70 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1846.40 kcal; Białko ogółem: 78.92 g; Tłuszcz ogółem: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 268.47 g; Kw. tł. nasycone: 8.59 g; Sól: 3.01 g; Sód: 1100.55 mg; Błonnik: 20.77 g; W tym cukry: 58.38 g; WW: 27.03 Por; Potas: 3393.22 mg; Wapń: 516.04 mg; Fosfor: 1041.64 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 216.08 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml , Ziemniaki 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), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1786.80 kcal; Białko ogółem: 62.53 g; Tłuszcz ogółem: 43.25 g; Węglowodany ogółem: 244.54 g; Kw. tł. nasycone: 7.42 g; Sól: 1.09 g; Sód: 309.56 mg; Błonnik: 27.84 g; W tym cukry: 50.46 g; WW: 24.57 Por; Potas: 3261.90 mg; Wapń: 286.04 mg; Fosfor: 771.58 mg; Żelazo: 6.97 mg; Magnez: 181.62 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 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 , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1882.74 kcal; Białko ogółem: 77.91 g; Tłuszcz ogółem: 57.07 g; Węglowodany ogółem: 277.81 g; Kw. tł. nasycone: 10.19 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1159.40 mg; Błonnik: 25.95 g; W tym cukry: 53.13 g; WW: 28.00 Por; Potas: 3638.62 mg; Wapń: 251.09 mg; Fosfor: 813.24 mg; Żelazo: 9.82 mg; Magnez: 223.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Papryka 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>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2080.28 kcal; Białko ogółem: 65.63 g; Tłuszcz ogółem: 55.47 g; Węglowodany ogółem: 288.51 g; Kw. tł. nasycone: 17.24 g; Sól: 5.56 g; Sód: 1961.64 mg; Błonnik: 38.09 g; W tym cukry: 61.61 g; WW: 28.99 Por; Potas: 3266.16 mg; Wapń: 973.35 mg; Fosfor: 1225.72 mg; Żelazo: 10.86 mg; Magnez: 273.70 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.68 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz ogółem: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 267.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.78 g; Sól: 4.46 g; Sód: 490.91 mg; Błonnik: 17.28 g; W tym cukry: 69.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 3826.70 mg; Wapń: 645.96 mg; Fosfor: 1290.13 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 259.34 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2022.15 kcal; Białko ogółem: 91.60 g; Tłuszcz ogółem: 38.55 g; Węglowodany ogółem: 289.66 g; Kw. tł. nasycone: 10.72 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1191.90 mg; Błonnik: 25.18 g; W tym cukry: 65.09 g; WW: 29.20 Por; Potas: 4002.20 mg; Wapń: 599.25 mg; Fosfor: 1206.19 mg; Żelazo: 9.58 mg; Magnez: 261.78 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 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 , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1893.15 kcal; Białko ogółem: 80.14 g; Tłuszcz ogółem: 37.10 g; Węglowodany ogółem: 288.45 g; Kw. tł. nasycone: 10.04 g; Sól: 3.15 g; Sód: 1160.30 mg; Błonnik: 24.68 g; W tym cukry: 64.50 g; WW: 29.08 Por; Potas: 3806.57 mg; Wapń: 592.99 mg; Fosfor: 1093.54 mg; Żelazo: 9.35 mg; Magnez: 244.83 mg;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połudwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 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 delikatkowa drobiowa 20g , Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Marchew w słupkach 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1910.09 kcal; Białko ogółem: 93.01 g; Tłuszcz ogółem: 45.26 g; Węglowodany ogółem: 250.39 g; Kw. tł. nasycone: 16.74 g; Sól: 5.12 g; Sód: 1612.90 mg; Błonnik: 35.76 g; W tym cukry: 41.16 g; WW: 25.29 Por; Potas: 3954.49 mg; Wapń: 665.68 mg; Fosfor: 1402.60 mg; Żelazo: 12.17 mg; Magnez: 360.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-06-14		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalefior, brokuł) b/ml 300ml (SEL), 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 (SEL, S02), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Buraczki gotowane plastry 100g ,
II Śniadanie: Chleb bezglutenowy 30g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1802.37 kcal; Białko ogółem: 57.63 g; Tłuszcz ogółem: 64.69 g; Węglowodany ogółem: 255.59 g; Kw. tł. nasycone: 10.37 g; Sól: 2.91 g; Sód: 287.58 mg; Błonnik: 30.19 g; W tym cukry: 50.29 g; WW: 25.72 Por; Potas: 3372.86 mg; Wapń: 215.45 mg; Fosfor: 637.52 mg; Żelazo: 7.21 mg; Magnez: 180.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2474.78 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz ogółem: 47.32 g; Węglowodany ogółem: 347.51 g; Kw. tł. nasycone: 12.51 g; Sól: 5.76 g; Sód: 1306.55 mg; Błonnik: 41.90 g; W tym cukry: 107.61 g; WW: 34.94 Por; Potas: 4831.10 mg; Wapń: 569.14 mg; Fosfor: 1183.68 mg; Żelazo: 12.00 mg; Magnez: 364.06 mg;

niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.44 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz ogółem: 42.70 g; Węglowodany ogółem: 262.68 g; Kw. tł. nasycone: 10.10 g; Sól: 5.78 g; Sód: 1347.00 mg; Błonnik: 40.22 g; W tym cukry: 45.52 g; WW: 26.35 Por; Potas: 4099.54 mg; Wapń: 560.80 mg; Fosfor: 1222.16 mg; Żelazo: 12.13 mg; Magnez: 329.92 mg;

niedziela 2025-06-15 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>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Rukola 20g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2465.45 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz ogółem: 65.88 g; Węglowodany ogółem: 337.90 g; Kw. tł. nasycone: 26.49 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1338.41 mg; Błonnik: 24.77 g; W tym cukry: 78.16 g; WW: 34.21 Por; Potas: 3972.22 mg; Wapń: 528.74 mg; Fosfor: 1005.82 mg; Żelazo: 8.62 mg; Magnez: 276.87 mg;

niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2310.65 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz ogółem: 60.54 g; Węglowodany ogółem: 325.46 g; Kw. tł. nasycone: 24.13 g; Sól: 4.96 g; Sód: 1370.01 mg; Błonnik: 27.83 g; W tym cukry: 79.12 g; WW: 32.81 Por; Potas: 4086.62 mg; Wapń: 509.54 mg; Fosfor: 883.02 mg; Żelazo: 7.02 mg; Magnez: 250.47 mg;

niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztokowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 60g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2151.05 kcal; Białko ogółem: 55.73 g; Tłuszcz ogółem: 51.77 g; Węglowodany ogółem: 321.22 g; Kw. tł. nasycone: 11.24 g; Sól: 2.10 g; Sód: 364.45 mg; Błonnik: 27.16 g; W tym cukry: 78.10 g; WW: 32.43 Por; Potas: 3518.88 mg; Wapń: 432.00 mg; Fosfor: 647.04 mg; Żelazo: 5.34 mg; Magnez: 213.05 mg;

niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Miód 15g , Mus z gruszki 150g ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Mleko 100ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2376.54 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz ogółem: 71.19 g; Węglowodany ogółem: 316.87 g; Kw. tł. nasycone: 22.35 g; Sól: 1.49 g; Sód: 500.26 mg; Błonnik: 23.33 g; W tym cukry: 112.55 g; WW: 31.98 Por; Potas: 4789.40 mg; Wapń: 706.36 mg; Fosfor: 1366.48 mg; Żelazo: 7.39 mg; Magnez: 339.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-06-15			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>), Szynka wieprzowa duszona (papka) 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Brokuł gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</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>),	
				Posiłek nocny: Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.79 kcal; Białko ogółem: 96.68 g; Tłuszcz ogółem: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 319.52 g; Kw. tł. nasycone: 11.98 g; Sól: 4.03 g; Sód: 1075.57 mg; Błonnik: 27.68 g; W tym cukry: 73.24 g; WW: 32.32 Por; Potas: 3815.44 mg; Wapń: 485.87 mg; Fosfor: 810.51 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 245.12 mg;

niedziela 2025-06-15			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 120g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.28 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz ogółem: 48.19 g; Węglowodany ogółem: 326.45 g; Kw. tł. nasycone: 12.12 g; Sól: 4.11 g; Sód: 1166.05 mg; Błonnik: 27.83 g; W tym cukry: 79.39 g; WW: 32.96 Por; Potas: 4201.42 mg; Wapń: 515.54 mg; Fosfor: 950.14 mg; Żelazo: 7.24 mg; Magnez: 255.15 mg;

niedziela 2025-06-15			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.92 kcal; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz ogółem: 44.21 g; Węglowodany ogółem: 312.87 g; Kw. tł. nasycone: 10.16 g; Sól: 4.31 g; Sód: 1109.32 mg; Błonnik: 22.56 g; W tym cukry: 72.74 g; WW: 31.53 Por; Potas: 3411.63 mg; Wapń: 409.63 mg; Fosfor: 720.12 mg; Żelazo: 5.36 mg; Magnez: 211.80 mg;

niedziela 2025-06-15			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Poledwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2051.95 kcal; Białko ogółem: 67.66 g; Tłuszcz ogółem: 42.70 g; Węglowodany ogółem: 305.45 g; Kw. tł. nasycone: 8.24 g; Sól: 2.08 g; Sód: 239.65 mg; Błonnik: 27.83 g; W tym cukry: 66.01 g; WW: 30.88 Por; Potas: 3686.49 mg; Wapń: 175.44 mg; Fosfor: 588.71 mg; Żelazo: 6.58 mg; Magnez: 214.54 mg;

niedziela 2025-06-15			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2090.58 kcal; Białko ogółem: 80.80 g; Tłuszcz ogółem: 58.23 g; Węglowodany ogółem: 324.30 g; Kw. tł. nasycone: 10.90 g; Sól: 4.96 g; Sód: 1033.51 mg; Błonnik: 30.04 g; W tym cukry: 78.73 g; WW: 32.69 Por; Potas: 3863.92 mg; Wapń: 197.14 mg; Fosfor: 614.72 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 228.07 mg;

niedziela 2025-06-15			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), 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 czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2210.93 kcal; Białko ogółem: 57.99 g; Tłuszcz ogółem: 45.02 g; Węglowodany ogółem: 336.96 g; Kw. tł. nasycone: 10.38 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1165.62 mg; Błonnik: 40.02 g; W tym cukry: 88.14 g; WW: 34.01 Por; Potas: 4309.90 mg; Wapń: 582.77 mg; Fosfor: 987.32 mg; Żelazo: 10.29 mg; Magnez: 320.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-06-15			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 250ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2445.29 kcal; Białko ogółem: 108.82 g; Tłuszcz ogółem: 73.36 g; Węglowodany ogółem: 281.30 g; Kw. tł. nasycone: 24.21 g; Sól: 1.87 g; Sód: 586.68 mg; Błonnik: 18.72 g; W tym cukry: 91.88 g; WW: 28.46 Por; Potas: 4250.03 mg; Wapń: 924.11 mg; Fosfor: 1494.03 mg; Żelazo: 6.70 mg; Magnez: 290.96 mg;

niedziela 2025-06-15			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>), Pomidor b/skóry 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Brokuł gotowany na parze b/soli 100g , Marchewka duszona z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2272.81 kcal; Białko ogółem: 94.95 g; Tłuszcz ogółem: 44.49 g; Węglowodany ogółem: 335.26 g; Kw. tł. nasycone: 11.89 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1131.71 mg; Błonnik: 28.25 g; W tym cukry: 78.45 g; WW: 33.86 Por; Potas: 4103.18 mg; Wapń: 483.56 mg; Fosfor: 818.76 mg; Żelazo: 7.03 mg; Magnez: 249.08 mg;

niedziela 2025-06-15			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Marchewka 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2148.19 kcal; Białko ogółem: 94.41 g; Tłuszcz ogółem: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 334.33 g; Kw. tł. nasycone: 10.99 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1132.41 mg; Błonnik: 27.83 g; W tym cukry: 78.07 g; WW: 33.77 Por; Potas: 4047.02 mg; Wapń: 476.54 mg; Fosfor: 809.22 mg; Żelazo: 6.90 mg; Magnez: 245.67 mg;

niedziela 2025-06-15			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2154.61 kcal; Białko ogółem: 109.97 g; Tłuszcz ogółem: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 294.84 g; Kw. tł. nasycone: 10.66 g; Sól: 6.31 g; Sód: 1630.91 mg; Błonnik: 41.33 g; W tym cukry: 45.16 g; WW: 29.77 Por; Potas: 4173.86 mg; Wapń: 576.83 mg; Fosfor: 1342.19 mg; Żelazo: 13.55 mg; Magnez: 381.11 mg;

niedziela 2025-06-15			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 , Pomidor b/skóry 100g ,		Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Marchewka duszona z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g ,	
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,				Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2069.60 kcal; Białko ogółem: 59.64 g; Tłuszcz ogółem: 63.52 g; Węglowodany ogółem: 322.63 g; Kw. tł. nasycone: 11.95 g; Sól: 2.42 g; Sód: 253.70 mg; Błonnik: 30.58 g; W tym cukry: 78.67 g; WW: 32.54 Por; Potas: 3856.60 mg; Wapń: 198.34 mg; Fosfor: 612.74 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 227.41 mg;