

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-16Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Papryka konserwowa 100g,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml,	Herbata b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g, Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony 30g, Herbata z cukrem 250ml,	Podwieczorek: Jabłko 1szt, Herbata z cukrem 250ml,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Koktajl warzywny 200ml,

Wartości odżywcze: Kcal: 2407.02 kcal; Białko ogółem: 75.57 g; Tłuszcz ogółem: 49.61 g; Węglowodany ogółem: 351.83 g; Kw. tł. nasycone: 13.97 g; Sól: 6.77 g; Sód: 1790.06 mg; Błonnik: 36.61 g; W tym cukry: 99.06 g; WW: 35.31 Por; Potas: 2998.43 mg; Wapń: 667.88 mg; Fosfor: 1223.28 mg; Żelazo: 9.87 mg; Magnez: 265.49 mg;

poniedziałek 2025-06-16Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Papryka konserwowa 100g,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron pełnoziarnisty z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (<i>GLU, JAJ, 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>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej 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>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</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: 2072.94 kcal; Białko ogółem: 76.75 g; Tłuszcz ogółem: 46.60 g; Węglowodany ogółem: 297.28 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 6.77 g; Sód: 1825.16 mg; Błonnik: 38.01 g; W tym cukry: 55.69 g; WW: 29.81 Por; Potas: 3064.63 mg; Wapń: 647.48 mg; Fosfor: 1322.28 mg; Żelazo: 10.87 mg; Magnez: 298.49 mg;

poniedziałek 2025-06-16Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml,	Herbata z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g, Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Bułka pszenna krojona 40g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 2571.85 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz ogółem: 49.63 g; Węglowodany ogółem: 390.29 g; Kw. tł. nasycone: 13.90 g; Sól: 5.94 g; Sód: 1241.18 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 107.04 g; WW: 39.44 Por; Potas: 3349.82 mg; Wapń: 666.78 mg; Fosfor: 1021.42 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 244.23 mg;

poniedziałek 2025-06-16Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml,	Salatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g, Herbata z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Bułka pszenna krojona 40g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 2446.54 kcal; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz ogółem: 47.78 g; Węglowodany ogółem: 380.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.75 g; Sól: 5.61 g; Sód: 1241.18 mg; Błonnik: 23.12 g; W tym cukry: 106.98 g; WW: 38.41 Por; Potas: 3349.82 mg; Wapń: 666.78 mg; Fosfor: 1021.42 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 244.23 mg;

poniedziałek 2025-06-16Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Kielbasa krakowska 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml,	Salatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g, Herbata z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.69 kcal; Białko ogółem: 56.13 g; Tłuszcz ogółem: 44.06 g; Węglowodany ogółem: 327.37 g; Kw. tł. nasycone: 12.51 g; Sól: 1.63 g; Sód: 316.95 mg; Błonnik: 24.86 g; W tym cukry: 101.94 g; WW: 33.06 Por; Potas: 2966.16 mg; Wapń: 591.83 mg; Fosfor: 768.95 mg; Żelazo: 5.61 mg; Magnez: 193.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-16			Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),		Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2692.53 kcal; Białko ogółem: 105.05 g; Tłuszcz ogółem: 82.16 g; Węglowodany ogółem: 372.91 g; Kw. tł. nasycone: 29.97 g; Sól: 1.67 g; Sód: 596.28 mg; Błonnik: 21.56 g; W tym cukry: 92.53 g; WW: 37.66 Por; Potas: 4329.35 mg; Wapń: 733.86 mg; Fosfor: 1443.38 mg; Żelazo: 7.93 mg; Magnez: 317.64 mg;

poniedziałek 2025-06-16			Jadłospis dla diety: U. Papkowata
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Buraczki gotowane plastry (papk) 100g ,		Zupa krem z białych warzyw mix 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym papka 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Mus owocowy 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2436.17 kcal; Białko ogółem: 81.44 g; Tłuszcz ogółem: 63.23 g; Węglowodany ogółem: 348.69 g; Kw. tł. nasycone: 31.57 g; Sól: 3.79 g; Sód: 1430.33 mg; Błonnik: 23.06 g; W tym cukry: 94.01 g; WW: 35.20 Por; Potas: 2680.83 mg; Wapń: 667.10 mg; Fosfor: 1029.43 mg; Żelazo: 8.02 mg; Magnez: 192.71 mg;

poniedziałek 2025-06-16			Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Salatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 100g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2516.87 kcal; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz ogółem: 58.28 g; Węglowodany ogółem: 358.81 g; Kw. tł. nasycone: 18.27 g; Sól: 6.19 g; Sód: 1473.80 mg; Błonnik: 22.43 g; W tym cukry: 107.90 g; WW: 36.26 Por; Potas: 3390.76 mg; Wapń: 1029.82 mg; Fosfor: 1288.42 mg; Żelazo: 8.45 mg; Magnez: 253.95 mg;

poniedziałek 2025-06-16			Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 50g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Salatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g , Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2513.87 kcal; Białko ogółem: 80.36 g; Tłuszcz ogółem: 72.56 g; Węglowodany ogółem: 348.65 g; Kw. tł. nasycone: 29.69 g; Sól: 5.53 g; Sód: 1350.20 mg; Błonnik: 20.60 g; W tym cukry: 101.43 g; WW: 35.15 Por; Potas: 2985.22 mg; Wapń: 617.53 mg; Fosfor: 941.86 mg; Żelazo: 6.89 mg; Magnez: 224.30 mg;

poniedziałek 2025-06-16			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron b/glutenu z brokulem i ser białym 400g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Salatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2289.62 kcal; Białko ogółem: 51.17 g; Tłuszcz ogółem: 68.64 g; Węglowodany ogółem: 326.35 g; Kw. tł. nasycone: 28.13 g; Sól: 2.56 g; Sód: 520.03 mg; Błonnik: 22.63 g; W tym cukry: 80.52 g; WW: 32.90 Por; Potas: 2719.30 mg; Wapń: 320.00 mg; Fosfor: 599.11 mg; Żelazo: 5.68 mg; Magnez: 173.02 mg;

poniedziałek 2025-06-16			Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,		Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Salatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>),
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 10g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2126.18 kcal; Białko ogółem: 80.99 g; Tłuszcz ogółem: 53.35 g; Węglowodany ogółem: 346.41 g; Kw. tł. nasycone: 9.11 g; Sól: 6.28 g; Sód: 1092.64 mg; Błonnik: 23.11 g; W tym cukry: 80.25 g; WW: 35.01 Por; Potas: 3329.81 mg; Wapń: 210.94 mg; Fosfor: 688.75 mg; Żelazo: 8.76 mg; Magnez: 241.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem, ser białym, cebulą i czosnkiem 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2151.36 kcal; Białko ogółem: 82.13 g; Tłuszcz ogółem: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 306.82 g; Kw. tł. nasycone: 18.76 g; Sól: 4.75 g; Sód: 1792.26 mg; Błonnik: 30.96 g; W tym cukry: 74.34 g; WW: 30.85 Por; Potas: 2711.63 mg; Wapń: 988.03 mg; Fosfor: 1392.05 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 239.68 mg;

poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa b/ml 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml 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: 2059.96 kcal; Białko ogółem: 85.48 g; Tłuszcz ogółem: 59.66 g; Węglowodany ogółem: 306.94 g; Kw. tł. nasycone: 5.35 g; Sól: 0.87 g; Sód: 302.98 mg; Błonnik: 22.07 g; W tym cukry: 53.54 g; WW: 30.91 Por; Potas: 3598.45 mg; Wapń: 166.76 mg; Fosfor: 1052.68 mg; Żelazo: 7.23 mg; Magnez: 232.89 mg;

poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym b/soli 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Salatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2533.99 kcal; Białko ogółem: 81.35 g; Tłuszcz ogółem: 74.13 g; Węglowodany ogółem: 366.85 g; Kw. tł. nasycone: 31.08 g; Sól: 5.63 g; Sód: 1394.48 mg; Błonnik: 22.87 g; W tym cukry: 107.37 g; WW: 37.03 Por; Potas: 3340.30 mg; Wapń: 665.90 mg; Fosfor: 982.11 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 241.21 mg;

poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Salatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2513.31 kcal; Białko ogółem: 80.51 g; Tłuszcz ogółem: 73.76 g; Węglowodany ogółem: 356.16 g; Kw. tł. nasycone: 30.92 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1379.63 mg; Błonnik: 22.35 g; W tym cukry: 106.01 g; WW: 35.94 Por; Potas: 3280.00 mg; Wapń: 645.10 mg; Fosfor: 961.11 mg; Żelazo: 8.03 mg; Magnez: 237.02 mg;

poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z brokulem i serem białym 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana - wędlina 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2093.46 kcal; Białko ogółem: 85.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.65 g; Węglowodany ogółem: 286.00 g; Kw. tł. nasycone: 11.21 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1345.78 mg; Błonnik: 33.40 g; W tym cukry: 51.51 g; WW: 28.80 Por; Potas: 3044.72 mg; Wapń: 664.88 mg; Fosfor: 1257.12 mg; Żelazo: 10.90 mg; Magnez: 287.93 mg;

poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Makaron bezglutenowy 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 100ml , Kompot owocowy 250ml ,	Salatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1977.93 kcal; Białko ogółem: 53.32 g; Tłuszcz ogółem: 50.49 g; Węglowodany ogółem: 337.48 g; Kw. tł. nasycone: 9.11 g; Sól: 2.31 g; Sód: 211.42 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 77.26 g; WW: 34.07 Por; Potas: 3107.01 mg; Wapń: 169.90 mg; Fosfor: 513.75 mg; Żelazo: 6.07 mg; Magnez: 199.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2439.25 kcal; Białko ogółem: 75.76 g; Tłuszcz ogółem: 60.71 g; Węglowodany ogółem: 334.51 g; Kw. tł. nasycone: 23.29 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1638.91 mg; Błonnik: 31.92 g; W tym cukry: 111.12 g; WW: 33.50 Por; Potas: 4229.56 mg; Wapń: 446.30 mg; Fosfor: 1231.27 mg; Żelazo: 13.09 mg; Magnez: 337.27 mg;

wtorek 2025-06-17 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 delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 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>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1972.75 kcal; Białko ogółem: 76.09 g; Tłuszcz ogółem: 57.53 g; Węglowodany ogółem: 253.40 g; Kw. tł. nasycone: 21.16 g; Sól: 5.45 g; Sód: 1704.91 mg; Błonnik: 31.32 g; W tym cukry: 51.00 g; WW: 25.44 Por; Potas: 4111.86 mg; Wapń: 515.60 mg; Fosfor: 1271.87 mg; Żelazo: 12.62 mg; Magnez: 338.57 mg;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 50g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 15g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2227.18 kcal; Białko ogółem: 80.19 g; Tłuszcz ogółem: 60.18 g; Węglowodany ogółem: 300.75 g; Kw. tł. nasycone: 24.96 g; Sól: 6.33 g; Sód: 2008.39 mg; Błonnik: 18.18 g; W tym cukry: 71.69 g; WW: 30.29 Por; Potas: 3441.26 mg; Wapń: 439.20 mg; Fosfor: 1064.71 mg; Żelazo: 10.51 mg; Magnez: 284.51 mg;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 50g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Sok przecierowy 100% 1szt ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 15g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2114.38 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz ogółem: 56.95 g; Węglowodany ogółem: 288.82 g; Kw. tł. nasycone: 20.28 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1265.79 mg; Błonnik: 19.08 g; W tym cukry: 71.48 g; WW: 29.07 Por; Potas: 3335.66 mg; Wapń: 415.70 mg; Fosfor: 1025.41 mg; Żelazo: 10.09 mg; Magnez: 240.71 mg;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 100g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1858.51 kcal; Białko ogółem: 41.81 g; Tłuszcz ogółem: 55.16 g; Węglowodany ogółem: 255.06 g; Kw. tł. nasycone: 15.99 g; Sól: 1.68 g; Sód: 468.22 mg; Błonnik: 24.35 g; W tym cukry: 68.34 g; WW: 25.65 Por; Potas: 3329.70 mg; Wapń: 197.19 mg; Fosfor: 594.54 mg; Żelazo: 7.53 mg; Magnez: 168.53 mg;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata z cukrem 250ml , Zupa ml. z płatkami owsianymi, masłem, miodem i got.owocem (mix g.budyń) 400ml (<i>GLU, MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2415.47 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz ogółem: 74.71 g; Węglowodany ogółem: 311.30 g; Kw. tł. nasycone: 25.26 g; Sól: 1.67 g; Sód: 577.31 mg; Błonnik: 19.97 g; W tym cukry: 104.58 g; WW: 31.40 Por; Potas: 4132.05 mg; Wapń: 915.64 mg; Fosfor: 1643.91 mg; Żelazo: 7.72 mg; Magnez: 333.19 mg;

wtorek 2025-06-17Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami (papka) 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy (papka) 80g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona (papka) 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2180.76 kcal; Białko ogółem: 73.20 g; Tłuszcz ogółem: 58.58 g; Węglowodany ogółem: 301.39 g; Kw. tł. nasycone: 28.74 g; Sól: 3.70 g; Sód: 1422.65 mg; Błonnik: 21.35 g; W tym cukry: 67.34 g; WW: 30.39 Por; Potas: 3235.21 mg; Wapń: 404.34 mg; Fosfor: 1110.13 mg; Żelazo: 8.82 mg; Magnez: 253.40 mg;

wtorek 2025-06-17Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 100g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2458.46 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz ogółem: 80.45 g; Węglowodany ogółem: 308.36 g; Kw. tł. nasycone: 33.33 g; Sól: 6.28 g; Sód: 1532.82 mg; Błonnik: 22.62 g; W tym cukry: 80.15 g; WW: 31.02 Por; Potas: 3918.50 mg; Wapń: 456.39 mg; Fosfor: 1075.24 mg; Żelazo: 11.17 mg; Magnez: 266.03 mg;

wtorek 2025-06-17Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 50g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2007.75 kcal; Białko ogółem: 70.37 g; Tłuszcz ogółem: 47.79 g; Węglowodany ogółem: 283.26 g; Kw. tł. nasycone: 19.41 g; Sól: 4.17 g; Sód: 1236.21 mg; Błonnik: 17.02 g; W tym cukry: 65.46 g; WW: 28.46 Por; Potas: 3056.08 mg; Wapń: 358.46 mg; Fosfor: 953.58 mg; Żelazo: 8.44 mg; Magnez: 226.93 mg;

wtorek 2025-06-17Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.17 kcal; Białko ogółem: 57.22 g; Tłuszcz ogółem: 65.42 g; Węglowodany ogółem: 286.75 g; Kw. tł. nasycone: 20.43 g; Sól: 2.50 g; Sód: 568.92 mg; Błonnik: 24.03 g; W tym cukry: 75.50 g; WW: 28.78 Por; Potas: 3139.26 mg; Wapń: 372.90 mg; Fosfor: 694.36 mg; Żelazo: 7.18 mg; Magnez: 165.11 mg;

wtorek 2025-06-17Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/ml 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>),
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek świeży b/s 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1971.09 kcal; Białko ogółem: 65.64 g; Tłuszcz ogółem: 65.12 g; Węglowodany ogółem: 299.05 g; Kw. tł. nasycone: 11.78 g; Sól: 4.91 g; Sód: 1202.02 mg; Błonnik: 21.61 g; W tym cukry: 71.34 g; WW: 30.17 Por; Potas: 3598.15 mg; Wapń: 217.68 mg; Fosfor: 720.07 mg; Żelazo: 10.16 mg; Magnez: 210.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-17Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Ogórek świeży 90g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2205.07 kcal; Białko ogółem: 59.16 g; Tłuszcz ogółem: 69.60 g; Węglowodany ogółem: 297.10 g; Kw. tł. nasycone: 26.21 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1708.49 mg; Błonnik: 31.60 g; W tym cukry: 77.32 g; WW: 29.87 Por; Potas: 3807.63 mg; Wapń: 756.59 mg; Fosfor: 1192.91 mg; Żelazo: 12.33 mg; Magnez: 311.13 mg;

wtorek 2025-06-17Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml 500ml (<i>GLU, JAJ</i>),	Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1872.80 kcal; Białko ogółem: 82.51 g; Tłuszcz ogółem: 61.09 g; Węglowodany ogółem: 257.06 g; Kw. tł. nasycone: 6.84 g; Sól: 0.93 g; Sód: 288.73 mg; Błonnik: 15.90 g; W tym cukry: 51.95 g; WW: 25.92 Por; Potas: 3166.85 mg; Wapń: 140.46 mg; Fosfor: 923.28 mg; Żelazo: 5.74 mg; Magnez: 211.19 mg;

wtorek 2025-06-17Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , 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 na parze z jabłkiem gotowanym 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2246.79 kcal; Białko ogółem: 73.48 g; Tłuszcz ogółem: 60.63 g; Węglowodany ogółem: 314.02 g; Kw. tł. nasycone: 22.14 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1349.88 mg; Błonnik: 22.95 g; W tym cukry: 80.01 g; WW: 31.61 Por; Potas: 3892.74 mg; Wapń: 450.65 mg; Fosfor: 1026.93 mg; Żelazo: 11.08 mg; Magnez: 263.78 mg;

wtorek 2025-06-17Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2168.82 kcal; Białko ogółem: 72.92 g; Tłuszcz ogółem: 59.48 g; Węglowodany ogółem: 314.13 g; Kw. tł. nasycone: 21.41 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1334.82 mg; Błonnik: 22.62 g; W tym cukry: 78.71 g; WW: 31.63 Por; Potas: 3885.50 mg; Wapń: 428.89 mg; Fosfor: 1013.74 mg; Żelazo: 11.07 mg; Magnez: 262.03 mg;

wtorek 2025-06-17Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.47 kcal; Białko ogółem: 80.14 g; Tłuszcz ogółem: 57.74 g; Węglowodany ogółem: 261.98 g; Kw. tł. nasycone: 21.25 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1559.19 mg; Błonnik: 30.27 g; W tym cukry: 60.48 g; WW: 26.34 Por; Potas: 4305.36 mg; Wapń: 515.70 mg; Fosfor: 1252.51 mg; Żelazo: 13.19 mg; Magnez: 340.01 mg;

wtorek 2025-06-17Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udziec z kurczaka na parze z jabłkiem gotowanym 100g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Marchewka duszona b/mąki 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1680.63 kcal; Białko ogółem: 44.43 g; Tłuszcz ogółem: 56.63 g; Węglowodany ogółem: 254.02 g; Kw. tł. nasycone: 8.75 g; Sól: 2.55 g; Sód: 312.51 mg; Błonnik: 23.38 g; W tym cukry: 67.86 g; WW: 25.54 Por; Potas: 2933.91 mg; Wapń: 170.20 mg; Fosfor: 510.76 mg; Żelazo: 7.02 mg; Magnez: 145.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej, z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2426.79 kcal; Białko ogółem: 80.86 g; Tłuszcz ogółem: 42.08 g; Węglowodany ogółem: 362.77 g; Kw. tł. nasycone: 13.98 g; Sól: 4.25 g; Sód: 1360.24 mg; Błonnik: 35.10 g; W tym cukry: 100.22 g; WW: 36.35 Por; Potas: 3169.49 mg; Wapń: 570.83 mg; Fosfor: 1151.50 mg; Żelazo: 9.38 mg; Magnez: 277.67 mg;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron pełnoziarnisty 200g (<i>GLU, MCK</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z soczewicy 40g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1922.54 kcal; Białko ogółem: 83.22 g; Tłuszcz ogółem: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 278.20 g; Kw. tł. nasycone: 8.75 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1383.79 mg; Błonnik: 38.93 g; W tym cukry: 44.22 g; WW: 27.86 Por; Potas: 3258.39 mg; Wapń: 511.28 mg; Fosfor: 1206.70 mg; Żelazo: 10.18 mg; Magnez: 307.87 mg;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2480.51 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz ogółem: 47.70 g; Węglowodany ogółem: 390.81 g; Kw. tł. nasycone: 22.22 g; Sól: 3.59 g; Sód: 1272.40 mg; Błonnik: 25.95 g; W tym cukry: 110.74 g; WW: 39.45 Por; Potas: 3703.41 mg; Wapń: 557.35 mg; Fosfor: 942.91 mg; Żelazo: 8.56 mg; Magnez: 267.50 mg;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2367.24 kcal; Białko ogółem: 90.01 g; Tłuszcz ogółem: 47.26 g; Węglowodany ogółem: 372.28 g; Kw. tł. nasycone: 20.04 g; Sól: 3.58 g; Sód: 1272.40 mg; Błonnik: 25.95 g; W tym cukry: 110.74 g; WW: 37.55 Por; Potas: 3703.41 mg; Wapń: 557.35 mg; Fosfor: 942.91 mg; Żelazo: 8.56 mg; Magnez: 267.50 mg;

środa 2025-06-18 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, SEL</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2242.51 kcal; Białko ogółem: 64.14 g; Tłuszcz ogółem: 48.91 g; Węglowodany ogółem: 348.97 g; Kw. tł. nasycone: 19.65 g; Sól: 1.42 g; Sód: 407.88 mg; Błonnik: 28.90 g; W tym cukry: 85.43 g; WW: 35.18 Por; Potas: 3091.41 mg; Wapń: 228.04 mg; Fosfor: 575.39 mg; Żelazo: 6.10 mg; Magnez: 200.74 mg;

środa 2025-06-18 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 z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jabłko gotowane (mix) 150g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2139.67 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz ogółem: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 316.73 g; Kw. tł. nasycone: 16.39 g; Sól: 1.48 g; Sód: 552.01 mg; Błonnik: 19.47 g; W tym cukry: 114.54 g; WW: 31.93 Por; Potas: 4268.35 mg; Wapń: 821.36 mg; Fosfor: 1459.93 mg; Żelazo: 6.82 mg; Magnez: 285.59 mg;

środa 2025-06-18Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa ziemniaczana mix 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron spaghetti 200g (<i>GLU</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami mix 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2180.82 kcal; Białko ogółem: 89.43 g; Tłuszcz ogółem: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 339.25 g; Kw. tł. nasycone: 12.37 g; Sól: 3.26 g; Sód: 1162.76 mg; Błonnik: 25.13 g; W tym cukry: 71.32 g; WW: 34.29 Por; Potas: 3205.24 mg; Wapń: 576.12 mg; Fosfor: 1059.66 mg; Żelazo: 9.80 mg; Magnez: 240.18 mg;

środa 2025-06-18Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 70g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2548.49 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz ogółem: 56.33 g; Węglowodany ogółem: 373.83 g; Kw. tł. nasycone: 25.63 g; Sól: 4.74 g; Sód: 1354.06 mg; Błonnik: 26.11 g; W tym cukry: 111.68 g; WW: 37.71 Por; Potas: 3742.26 mg; Wapń: 570.45 mg; Fosfor: 970.27 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 270.48 mg;

środa 2025-06-18Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 50g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2394.47 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz ogółem: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 363.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.52 g; Sól: 3.50 g; Sód: 1239.19 mg; Błonnik: 21.50 g; W tym cukry: 107.09 g; WW: 36.56 Por; Potas: 3379.00 mg; Wapń: 524.40 mg; Fosfor: 897.01 mg; Żelazo: 7.52 mg; Magnez: 248.63 mg;

środa 2025-06-18Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron bezglutenowy 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanec 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2249.84 kcal; Białko ogółem: 62.30 g; Tłuszcz ogółem: 49.77 g; Węglowodany ogółem: 342.57 g; Kw. tł. nasycone: 18.47 g; Sól: 1.38 g; Sód: 412.80 mg; Błonnik: 26.23 g; W tym cukry: 85.31 g; WW: 34.49 Por; Potas: 3142.71 mg; Wapń: 232.25 mg; Fosfor: 580.91 mg; Żelazo: 6.21 mg; Magnez: 203.50 mg;

środa 2025-06-18Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatkowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 40g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2280.86 kcal; Białko ogółem: 73.88 g; Tłuszcz ogółem: 51.18 g; Węglowodany ogółem: 392.26 g; Kw. tł. nasycone: 10.71 g; Sól: 4.51 g; Sód: 1123.66 mg; Błonnik: 28.21 g; W tym cukry: 89.16 g; WW: 39.56 Por; Potas: 3406.78 mg; Wapń: 195.03 mg; Fosfor: 751.55 mg; Żelazo: 9.17 mg; Magnez: 260.62 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Pomidor 100g, Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z fasolą i warzywami wege 200g (<i>SEL</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z soczewicy 60g , Salátka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, koperkiem i olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2007.84 kcal; Białko ogółem: 57.49 g; Tłuszcz ogółem: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 322.06 g; Kw. tł. nasycone: 10.60 g; Sól: 3.58 g; Sód: 1102.82 mg; Błonnik: 39.23 g; W tym cukry: 74.49 g; WW: 32.28 Por; Potas: 2759.24 mg; Wapń: 521.68 mg; Fosfor: 791.64 mg; Żelazo: 7.80 mg; Magnez: 226.77 mg;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni		
Płynna śniadaniowa b/ml 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml 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: 2079.91 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz ogółem: 59.82 g; Węglowodany ogółem: 312.11 g; Kw. tł. nasycone: 5.36 g; Sól: 0.86 g; Sód: 297.58 mg; Błonnik: 22.76 g; W tym cukry: 58.56 g; WW: 31.42 Por; Potas: 3587.85 mg; Wapń: 151.51 mg; Fosfor: 1043.58 mg; Żelazo: 7.04 mg; Magnez: 227.59 mg;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami b/soli 200g (<i>SEL</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl owocowy na maślanie 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2281.13 kcal; Białko ogółem: 83.38 g; Tłuszcz ogółem: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 373.77 g; Kw. tł. nasycone: 12.11 g; Sól: 3.16 g; Sód: 1104.00 mg; Błonnik: 24.91 g; W tym cukry: 107.87 g; WW: 37.75 Por; Potas: 3483.80 mg; Wapń: 524.92 mg; Fosfor: 874.13 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 257.61 mg;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2220.69 kcal; Białko ogółem: 81.68 g; Tłuszcz ogółem: 43.46 g; Węglowodany ogółem: 352.06 g; Kw. tł. nasycone: 17.63 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1258.35 mg; Błonnik: 25.05 g; W tym cukry: 101.38 g; WW: 35.54 Por; Potas: 3594.51 mg; Wapń: 508.30 mg; Fosfor: 904.61 mg; Żelazo: 8.18 mg; Magnez: 258.90 mg;

środa 2025-06-18 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) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Rukola 10g ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2308.69 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz ogółem: 45.64 g; Węglowodany ogółem: 349.19 g; Kw. tł. nasycone: 18.72 g; Sól: 4.03 g; Sód: 1528.65 mg; Błonnik: 38.99 g; W tym cukry: 93.79 g; WW: 35.19 Por; Potas: 4083.91 mg; Wapń: 557.50 mg; Fosfor: 1279.81 mg; Żelazo: 11.69 mg; Magnez: 382.60 mg;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Makaron bezglutenowy 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym (drobiowym) i warzywami 200g (<i>SEL</i>), Kalafor gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1883.64 kcal; Białko ogółem: 45.20 g; Tłuszcz ogółem: 43.95 g; Węglowodany ogółem: 329.76 g; Kw. tł. nasycone: 8.42 g; Sól: 2.01 g; Sód: 238.10 mg; Błonnik: 25.33 g; W tym cukry: 75.03 g; WW: 33.26 Por; Potas: 3000.36 mg; Wapń: 155.20 mg; Fosfor: 489.11 mg; Żelazo: 5.75 mg; Magnez: 191.10 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 30g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2741.64 kcal; Białko ogółem: 87.95 g; Tłuszcz ogółem: 73.07 g; Węglowodany ogółem: 369.41 g; Kw. tł. nasycone: 21.19 g; Sól: 7.11 g; Sód: 2710.32 mg; Błonnik: 36.66 g; W tym cukry: 120.61 g; WW: 37.08 Por; Potas: 3144.08 mg; Wapń: 616.56 mg; Fosfor: 1353.80 mg; Żelazo: 10.82 mg; Magnez: 405.91 mg;

czwartek 2025-06-19 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 20g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Salatką z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 30g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2183.74 kcal; Białko ogółem: 89.64 g; Tłuszcz ogółem: 71.90 g; Węglowodany ogółem: 261.43 g; Kw. tł. nasycone: 19.19 g; Sól: 7.18 g; Sód: 2778.52 mg; Błonnik: 37.01 g; W tym cukry: 43.78 g; WW: 26.14 Por; Potas: 2718.48 mg; Wapń: 704.16 mg; Fosfor: 1508.00 mg; Żelazo: 11.38 mg; Magnez: 385.61 mg;

czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2199.26 kcal; Białko ogółem: 75.53 g; Tłuszcz ogółem: 48.37 g; Węglowodany ogółem: 320.62 g; Kw. tł. nasycone: 11.99 g; Sól: 4.94 g; Sód: 1843.93 mg; Błonnik: 15.52 g; W tym cukry: 56.64 g; WW: 32.21 Por; Potas: 1591.82 mg; Wapń: 364.98 mg; Fosfor: 852.49 mg; Żelazo: 5.91 mg; Magnez: 175.37 mg;

czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2015.36 kcal; Białko ogółem: 76.47 g; Tłuszcz ogółem: 48.05 g; Węglowodany ogółem: 291.08 g; Kw. tł. nasycone: 9.84 g; Sól: 4.93 g; Sód: 1843.93 mg; Błonnik: 15.52 g; W tym cukry: 56.64 g; WW: 29.21 Por; Potas: 1591.82 mg; Wapń: 364.98 mg; Fosfor: 852.49 mg; Żelazo: 5.91 mg; Magnez: 175.37 mg;

czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1915.61 kcal; Białko ogółem: 54.36 g; Tłuszcz ogółem: 51.89 g; Węglowodany ogółem: 258.82 g; Kw. tł. nasycone: 10.62 g; Sól: 2.99 g; Sód: 1068.88 mg; Błonnik: 18.88 g; W tym cukry: 46.47 g; WW: 25.94 Por; Potas: 1141.57 mg; Wapń: 149.18 mg; Fosfor: 582.39 mg; Żelazo: 3.52 mg; Magnez: 122.67 mg;

czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Sok owocowy 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Mleko z herbatnikami masłem (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny z biszkoptami (mix g.budyniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Budyń waniliowy 200ml (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2394.39 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 69.47 g; Węglowodany ogółem: 291.25 g; Kw. tł. nasycone: 23.18 g; Sól: 1.67 g; Sód: 533.88 mg; Błonnik: 16.80 g; W tym cukry: 77.74 g; WW: 29.40 Por; Potas: 3766.55 mg; Wapń: 772.51 mg; Fosfor: 1406.13 mg; Żelazo: 6.18 mg; Magnez: 271.46 mg;

czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką (papka) 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem papka 300g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jablko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2060.13 kcal; Białko ogółem: 77.71 g; Tłuszcz ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 314.65 g; Kw. tł. nasycone: 11.19 g; Sól: 4.99 g; Sód: 1860.62 mg; Błonnik: 21.02 g; W tym cukry: 68.03 g; WW: 31.62 Por; Potas: 1844.25 mg; Wapń: 387.07 mg; Fosfor: 878.75 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 185.97 mg;

czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2251.98 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz ogółem: 55.64 g; Węglowodany ogółem: 296.69 g; Kw. tł. nasycone: 13.24 g; Sól: 5.99 g; Sód: 1879.44 mg; Błonnik: 15.57 g; W tym cukry: 59.52 g; WW: 29.80 Por; Potas: 1690.29 mg; Wapń: 442.75 mg; Fosfor: 1029.53 mg; Żelazo: 6.12 mg; Magnez: 183.38 mg;

czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2035.67 kcal; Białko ogółem: 75.90 g; Tłuszcz ogółem: 43.77 g; Węglowodany ogółem: 289.39 g; Kw. tł. nasycone: 10.03 g; Sól: 4.93 g; Sód: 1840.32 mg; Błonnik: 14.87 g; W tym cukry: 55.79 g; WW: 29.03 Por; Potas: 1498.77 mg; Wapń: 354.46 mg; Fosfor: 840.44 mg; Żelazo: 5.60 mg; Magnez: 170.60 mg;

czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2165.66 kcal; Białko ogółem: 61.88 g; Tłuszcz ogółem: 57.35 g; Węglowodany ogółem: 301.14 g; Kw. tł. nasycone: 12.09 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1117.79 mg; Błonnik: 17.69 g; W tym cukry: 57.61 g; WW: 30.16 Por; Potas: 1713.62 mg; Wapń: 485.61 mg; Fosfor: 862.58 mg; Żelazo: 4.44 mg; Magnez: 166.01 mg;

czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/ml 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 z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Banan 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2272.00 kcal; Białko ogółem: 68.60 g; Tłuszcz ogółem: 70.12 g; Węglowodany ogółem: 349.27 g; Kw. tł. nasycone: 12.25 g; Sól: 6.90 g; Sód: 1868.88 mg; Błonnik: 18.79 g; W tym cukry: 95.37 g; WW: 35.20 Por; Potas: 2169.10 mg; Wapń: 151.71 mg; Fosfor: 661.78 mg; Żelazo: 6.96 mg; Magnez: 226.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-06-19		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i tofu 300g (<i>SOJ</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.40 kcal; Białko ogółem: 70.23 g; Tłuszcz ogółem: 55.76 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g; Kw. tł. nasycone: 14.35 g; Sól: 6.61 g; Sód: 1970.21 mg; Błonnik: 27.60 g; W tym cukry: 63.17 g; WW: 29.48 Por; Potas: 1708.70 mg; Wapń: 557.74 mg; Fosfor: 886.62 mg; Żelazo: 7.33 mg; Magnez: 218.34 mg;

czwartek 2025-06-19		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml 500ml (<i>GLU, JAJ</i>),	Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml 500ml (<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: 1816.40 kcal; Białko ogółem: 78.91 g; Tłuszcz ogółem: 58.29 g; Węglowodany ogółem: 252.72 g; Kw. tł. nasycone: 5.14 g; Sól: 0.83 g; Sód: 288.73 mg; Błonnik: 15.90 g; W tym cukry: 51.95 g; WW: 25.52 Por; Potas: 3166.85 mg; Wapń: 140.46 mg; Fosfor: 923.28 mg; Żelazo: 5.74 mg; Magnez: 211.19 mg;

czwartek 2025-06-19		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką b/soli 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem b/soli 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną b/soli 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2095.03 kcal; Białko ogółem: 71.98 g; Tłuszcz ogółem: 47.51 g; Węglowodany ogółem: 300.06 g; Kw. tł. nasycone: 11.48 g; Sól: 4.92 g; Sód: 1835.13 mg; Błonnik: 15.51 g; W tym cukry: 55.95 g; WW: 30.12 Por; Potas: 1565.88 mg; Wapń: 345.49 mg; Fosfor: 809.22 mg; Żelazo: 5.86 mg; Magnez: 173.23 mg;

czwartek 2025-06-19		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2045.36 kcal; Białko ogółem: 75.37 g; Tłuszcz ogółem: 47.55 g; Węglowodany ogółem: 300.78 g; Kw. tł. nasycone: 11.44 g; Sól: 4.93 g; Sód: 1843.93 mg; Błonnik: 15.52 g; W tym cukry: 56.64 g; WW: 30.21 Por; Potas: 1591.82 mg; Wapń: 364.98 mg; Fosfor: 852.49 mg; Żelazo: 5.91 mg; Magnez: 175.37 mg;

czwartek 2025-06-19		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2025.54 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz ogółem: 57.38 g; Węglowodany ogółem: 255.41 g; Kw. tł. nasycone: 11.80 g; Sól: 5.73 g; Sód: 1784.63 mg; Błonnik: 34.14 g; W tym cukry: 42.86 g; WW: 25.63 Por; Potas: 2488.03 mg; Wapń: 511.74 mg; Fosfor: 1313.24 mg; Żelazo: 10.13 mg; Magnez: 344.87 mg;

czwartek 2025-06-19		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa marchwianka z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1738.31 kcal; Białko ogółem: 42.68 g; Tłuszcz ogółem: 68.04 g; Węglowodany ogółem: 240.81 g; Kw. tł. nasycone: 11.03 g; Sól: 3.63 g; Sód: 985.38 mg; Błonnik: 18.16 g; W tym cukry: 43.92 g; WW: 24.14 Por; Potas: 1315.40 mg; Wapń: 124.74 mg; Fosfor: 521.07 mg; Żelazo: 4.10 mg; Magnez: 131.40 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 60g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Rzodkiewka biała 50g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2405.38 kcal; Białko ogółem: 82.59 g; Tłuszcz ogółem: 56.18 g; Węglowodany ogółem: 330.93 g; Kw. tł. nasycone: 21.23 g; Sól: 7.81 g; Sód: 2808.68 mg; Błonnik: 37.20 g; W tym cukry: 91.14 g; WW: 33.17 Por; Potas: 3853.59 mg; Wapń: 540.75 mg; Fosfor: 1177.24 mg; Żelazo: 12.64 mg; Magnez: 383.35 mg;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 60g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Rzodkiewka biała 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1901.62 kcal; Białko ogółem: 81.53 g; Tłuszcz ogółem: 52.57 g; Węglowodany ogółem: 242.72 g; Kw. tł. nasycone: 18.93 g; Sól: 7.40 g; Sód: 2856.04 mg; Błonnik: 35.99 g; W tym cukry: 31.95 g; WW: 24.34 Por; Potas: 3931.09 mg; Wapń: 619.15 mg; Fosfor: 1231.34 mg; Żelazo: 12.47 mg; Magnez: 387.65 mg;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 60g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2337.82 kcal; Białko ogółem: 80.53 g; Tłuszcz ogółem: 60.99 g; Węglowodany ogółem: 328.56 g; Kw. tł. nasycone: 24.74 g; Sól: 4.31 g; Sód: 1482.74 mg; Błonnik: 23.52 g; W tym cukry: 83.58 g; WW: 33.06 Por; Potas: 2942.69 mg; Wapń: 403.52 mg; Fosfor: 842.11 mg; Żelazo: 7.55 mg; Magnez: 210.77 mg;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 60g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2233.42 kcal; Białko ogółem: 81.57 g; Tłuszcz ogółem: 60.67 g; Węglowodany ogółem: 318.78 g; Kw. tł. nasycone: 22.59 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1482.74 mg; Błonnik: 23.52 g; W tym cukry: 83.58 g; WW: 32.06 Por; Potas: 2942.69 mg; Wapń: 403.52 mg; Fosfor: 842.11 mg; Żelazo: 7.55 mg; Magnez: 210.77 mg;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 60g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2106.52 kcal; Białko ogółem: 57.26 g; Tłuszcz ogółem: 62.43 g; Węglowodany ogółem: 285.02 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 2.24 g; Sód: 655.74 mg; Błonnik: 25.25 g; W tym cukry: 73.56 g; WW: 28.64 Por; Potas: 2393.49 mg; Wapń: 177.32 mg; Fosfor: 435.21 mg; Żelazo: 4.03 mg; Magnez: 118.07 mg;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z płatkami owsianymi z masłem, biszkoptami i bananem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2303.87 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz ogółem: 69.57 g; Węglowodany ogółem: 297.73 g; Kw. tł. nasycone: 22.51 g; Sól: 1.60 g; Sód: 544.83 mg; Błonnik: 18.14 g; W tym cukry: 101.67 g; WW: 30.07 Por; Potas: 4063.90 mg; Wapń: 827.91 mg; Fosfor: 1536.73 mg; Żelazo: 7.09 mg; Magnez: 323.64 mg;

piątek 2025-06-20Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pasta warzywna 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) puree 100g (RYB), Ziemniaki puree 200g , Warzywa po grecku mix 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 60g (MLE), Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem (papką) 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2338.46 kcal; Białko ogółem: 80.71 g; Tłuszcz ogółem: 60.72 g; Węglowodany ogółem: 330.40 g; Kw. tł. nasycone: 24.60 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1495.82 mg; Błonnik: 26.32 g; W tym cukry: 82.96 g; WW: 33.31 Por; Potas: 3623.48 mg; Wapń: 500.89 mg; Fosfor: 965.18 mg; Żelazo: 9.63 mg; Magnez: 262.12 mg;

piątek 2025-06-20Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 400ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Serek wiejski 60g (MLE), Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2533.11 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz ogółem: 75.07 g; Węglowodany ogółem: 329.58 g; Kw. tł. nasycone: 30.87 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1606.94 mg; Błonnik: 24.21 g; W tym cukry: 88.02 g; WW: 33.12 Por; Potas: 3120.79 mg; Wapń: 526.92 mg; Fosfor: 1066.51 mg; Żelazo: 8.13 mg; Magnez: 235.77 mg;

piątek 2025-06-20Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 50ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 60g (MLE), Buraczki gotowane plastry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2059.25 kcal; Białko ogółem: 74.85 g; Tłuszcz ogółem: 45.04 g; Węglowodany ogółem: 297.77 g; Kw. tł. nasycone: 21.81 g; Sól: 3.74 g; Sód: 1433.54 mg; Błonnik: 18.13 g; W tym cukry: 76.44 g; WW: 29.95 Por; Potas: 2698.13 mg; Wapń: 397.80 mg; Fosfor: 806.57 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 203.05 mg;

piątek 2025-06-20Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 60g (MLE), Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2108.95 kcal; Białko ogółem: 59.25 g; Tłuszcz ogółem: 62.37 g; Węglowodany ogółem: 282.19 g; Kw. tł. nasycone: 22.82 g; Sól: 2.30 g; Sód: 858.15 mg; Błonnik: 21.92 g; W tym cukry: 72.03 g; WW: 28.29 Por; Potas: 2865.54 mg; Wapń: 397.90 mg; Fosfor: 625.20 mg; Żelazo: 4.99 mg; Magnez: 148.76 mg;

piątek 2025-06-20Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Ser vege 60g , Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Pasta warzywna 50g , Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2038.63 kcal; Białko ogółem: 62.03 g; Tłuszcz ogółem: 62.99 g; Węglowodany ogółem: 318.51 g; Kw. tł. nasycone: 10.42 g; Sól: 2.99 g; Sód: 1074.31 mg; Błonnik: 25.08 g; W tym cukry: 70.91 g; WW: 32.16 Por; Potas: 2937.19 mg; Wapń: 159.98 mg; Fosfor: 491.63 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 169.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-06-20		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek kiszony 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 60g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2123.36 kcal; Białko ogółem: 71.87 g; Tłuszcz ogółem: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 293.37 g; Kw. tł. nasycone: 24.34 g; Sól: 6.49 g; Sód: 2505.82 mg; Błonnik: 28.83 g; W tym cukry: 74.69 g; WW: 29.44 Por; Potas: 3043.93 mg; Wapń: 479.21 mg; Fosfor: 1027.30 mg; Żelazo: 9.06 mg; Magnez: 314.73 mg;

piątek 2025-06-20		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa b/ml 500ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,	Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	Posiłek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2138.00 kcal; Białko ogółem: 84.67 g; Tłuszcz ogółem: 59.25 g; Węglowodany ogółem: 327.08 g; Kw. tł. nasycone: 5.30 g; Sól: 0.85 g; Sód: 295.53 mg; Błonnik: 19.82 g; W tym cukry: 61.81 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3389.65 mg; Wapń: 152.46 mg; Fosfor: 1040.28 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 224.59 mg;

piątek 2025-06-20		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 60g (<i>MLE</i>), Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2345.86 kcal; Białko ogółem: 79.20 g; Tłuszcz ogółem: 60.87 g; Węglowodany ogółem: 332.52 g; Kw. tł. nasycone: 24.73 g; Sól: 3.89 g; Sód: 1496.84 mg; Błonnik: 24.13 g; W tym cukry: 84.42 g; WW: 33.47 Por; Potas: 3072.74 mg; Wapń: 415.82 mg; Fosfor: 866.21 mg; Żelazo: 7.68 mg; Magnez: 217.16 mg;

piątek 2025-06-20		Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 60g (<i>MLE</i>), Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2247.31 kcal; Białko ogółem: 78.43 g; Tłuszcz ogółem: 59.81 g; Węglowodany ogółem: 327.33 g; Kw. tł. nasycone: 24.05 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1482.74 mg; Błonnik: 23.52 g; W tym cukry: 83.46 g; WW: 32.94 Por; Potas: 2942.69 mg; Wapń: 403.52 mg; Fosfor: 842.11 mg; Żelazo: 7.55 mg; Magnez: 210.77 mg;

piątek 2025-06-20		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 30ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Warzywa po grecku 150ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 60g (<i>MLE</i>), Salátka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i ogórka konserwowego z olejem 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rzodkiewka biała 50g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1931.58 kcal; Białko ogółem: 79.05 g; Tłuszcz ogółem: 58.05 g; Węglowodany ogółem: 240.36 g; Kw. tł. nasycone: 21.64 g; Sól: 5.74 g; Sód: 1963.83 mg; Błonnik: 34.82 g; W tym cukry: 29.54 g; WW: 24.20 Por; Potas: 3271.84 mg; Wapń: 311.67 mg; Fosfor: 922.85 mg; Żelazo: 10.09 mg; Magnez: 284.66 mg;

piątek 2025-06-20		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Ser vege 50g , Salátka z brokula i pomidora z olejem 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1643.09 kcal; Białko ogółem: 38.29 g; Tłuszcz ogółem: 59.56 g; Węglowodany ogółem: 242.58 g; Kw. tł. nasycone: 9.14 g; Sól: 1.09 g; Sód: 321.24 mg; Błonnik: 21.22 g; W tym cukry: 61.14 g; WW: 24.37 Por; Potas: 2530.26 mg; Wapń: 129.05 mg; Fosfor: 294.10 mg; Żelazo: 4.45 mg; Magnez: 117.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-06-21 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kottlet schabowy smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Biszkoty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2859.29 kcal; Białko ogółem: 98.05 g; Tłuszcz ogółem: 75.91 g; Węglowodany ogółem: 362.60 g; Kw. tł. nasycone: 17.48 g; Sól: 8.91 g; Sód: 2496.58 mg; Błonnik: 35.12 g; W tym cukry: 82.29 g; WW: 36.49 Por; Potas: 3330.33 mg; Wapń: 767.49 mg; Fosfor: 1172.22 mg; Żelazo: 11.80 mg; Magnez: 334.09 mg;

sobota 2025-06-21 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>), Pomidor 100g ,	Zupa brokułowa z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Salátka z brązowym ryżem z ogórkiem i kukurydzą 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2051.91 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz ogółem: 55.78 g; Węglowodany ogółem: 266.66 g; Kw. tł. nasycone: 15.60 g; Sól: 8.63 g; Sód: 2471.53 mg; Błonnik: 34.50 g; W tym cukry: 32.91 g; WW: 26.87 Por; Potas: 3724.07 mg; Wapń: 862.30 mg; Fosfor: 1439.31 mg; Żelazo: 13.33 mg; Magnez: 404.00 mg;

sobota 2025-06-21 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Mus owocowy 100g 1szt , Rukola 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2494.03 kcal; Białko ogółem: 82.63 g; Tłuszcz ogółem: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 375.67 g; Kw. tł. nasycone: 12.76 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1867.08 mg; Błonnik: 20.87 g; W tym cukry: 58.96 g; WW: 37.90 Por; Potas: 3226.69 mg; Wapń: 473.70 mg; Fosfor: 1025.50 mg; Żelazo: 10.46 mg; Magnez: 267.17 mg;

sobota 2025-06-21 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Mus owocowy 100g 1szt , Rukola 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2401.93 kcal; Białko ogółem: 80.25 g; Tłuszcz ogółem: 54.55 g; Węglowodany ogółem: 365.13 g; Kw. tł. nasycone: 10.36 g; Sól: 6.19 g; Sód: 1858.16 mg; Błonnik: 20.85 g; W tym cukry: 58.28 g; WW: 36.82 Por; Potas: 3200.75 mg; Wapń: 453.81 mg; Fosfor: 982.46 mg; Żelazo: 10.40 mg; Magnez: 265.03 mg;

sobota 2025-06-21 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Mus owocowy 100g 1szt , Rukola 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.06 kcal; Białko ogółem: 56.80 g; Tłuszcz ogółem: 55.63 g; Węglowodany ogółem: 328.15 g; Kw. tł. nasycone: 10.63 g; Sól: 4.11 g; Sód: 1024.32 mg; Błonnik: 22.70 g; W tym cukry: 49.05 g; WW: 33.07 Por; Potas: 2643.01 mg; Wapń: 256.17 mg; Fosfor: 654.58 mg; Żelazo: 7.39 mg; Magnez: 195.46 mg;

sobota 2025-06-21 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. jabłkiem (mix) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml 1szt ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Kcal: 2153.58 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz ogółem: 66.59 g; Węglowodany ogółem: 272.58 g; Kw. tł. nasycone: 21.75 g; Sól: 1.98 g; Sód: 695.23 mg; Błonnik: 17.82 g; W tym cukry: 72.20 g; WW: 27.57 Por; Potas: 3928.90 mg; Wapń: 691.06 mg; Fosfor: 1328.73 mg; Żelazo: 6.35 mg; Magnez: 262.94 mg;

sobota 2025-06-21 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem mix 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze (papka) 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jaglana 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2458.81 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz ogółem: 48.36 g; Węglowodany ogółem: 379.83 g; Kw. tł. nasycone: 12.83 g; Sól: 3.13 g; Sód: 1190.96 mg; Błonnik: 28.03 g; W tym cukry: 56.69 g; WW: 38.32 Por; Potas: 2717.99 mg; Wapń: 465.80 mg; Fosfor: 1228.67 mg; Żelazo: 14.17 mg; Magnez: 304.19 mg;

sobota 2025-06-21 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Mus owocowy 100g 1szt , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2528.50 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz ogółem: 58.14 g; Węglowodany ogółem: 368.02 g; Kw. tł. nasycone: 11.82 g; Sól: 7.38 g; Sód: 1876.00 mg; Błonnik: 20.89 g; W tym cukry: 59.88 g; WW: 37.13 Por; Potas: 3252.63 mg; Wapń: 493.59 mg; Fosfor: 1068.53 mg; Żelazo: 10.52 mg; Magnez: 269.31 mg;

sobota 2025-06-21 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Mus owocowy 100g 1szt , Rukola 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2430.37 kcal; Białko ogółem: 81.49 g; Tłuszcz ogółem: 55.63 g; Węglowodany ogółem: 359.04 g; Kw. tł. nasycone: 11.10 g; Sól: 6.20 g; Sód: 1861.98 mg; Błonnik: 18.53 g; W tym cukry: 56.92 g; WW: 36.19 Por; Potas: 3008.41 mg; Wapń: 419.64 mg; Fosfor: 988.78 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 248.81 mg;

sobota 2025-06-21 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2399.22 kcal; Białko ogółem: 74.57 g; Tłuszcz ogółem: 63.35 g; Węglowodany ogółem: 336.69 g; Kw. tł. nasycone: 13.05 g; Sól: 3.73 g; Sód: 1103.08 mg; Błonnik: 22.86 g; W tym cukry: 56.35 g; WW: 33.88 Por; Potas: 3033.33 mg; Wapń: 437.91 mg; Fosfor: 880.88 mg; Żelazo: 8.06 mg; Magnez: 222.18 mg;

sobota 2025-06-21 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Mus owocowy 100g 1szt , Rukola 10g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2467.74 kcal; Białko ogółem: 71.71 g; Tłuszcz ogółem: 81.72 g; Węglowodany ogółem: 370.01 g; Kw. tł. nasycone: 14.01 g; Sól: 7.12 g; Sód: 1894.52 mg; Błonnik: 19.62 g; W tym cukry: 71.01 g; WW: 37.32 Por; Potas: 2905.29 mg; Wapń: 232.88 mg; Fosfor: 724.99 mg; Żelazo: 10.11 mg; Magnez: 236.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-06-21			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,			Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2489.15 kcal; Białko ogółem: 70.89 g; Tłuszcz ogółem: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 363.41 g; Kw. tł. nasycone: 17.36 g; Sól: 6.89 g; Sód: 2455.42 mg; Błonnik: 36.34 g; W tym cukry: 61.39 g; WW: 36.56 Por; Potas: 3269.14 mg; Wapń: 920.17 mg; Fosfor: 1240.49 mg; Żelazo: 11.43 mg; Magnez: 323.74 mg;

sobota 2025-06-21			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Płynna śniadaniowa b/ml 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
Płynna kolacyjna b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Budyń na wodzie 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1752.99 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz ogółem: 60.28 g; Węglowodany ogółem: 229.42 g; Kw. tł. nasycone: 5.14 g; Sól: 3.83 g; Sód: 287.78 mg; Błonnik: 15.84 g; W tym cukry: 43.15 g; WW: 23.17 Por; Potas: 3164.05 mg; Wapń: 133.51 mg; Fosfor: 913.08 mg; Żelazo: 5.65 mg; Magnez: 209.69 mg;

sobota 2025-06-21			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Mus owocowy 100g 1szt , Rukola 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2538.98 kcal; Białko ogółem: 88.78 g; Tłuszcz ogółem: 58.24 g; Węglowodany ogółem: 374.87 g; Kw. tł. nasycone: 13.85 g; Sól: 4.54 g; Sód: 1192.06 mg; Błonnik: 21.69 g; W tym cukry: 62.31 g; WW: 37.80 Por; Potas: 3567.69 mg; Wapń: 467.15 mg; Fosfor: 1066.75 mg; Żelazo: 10.95 mg; Magnez: 238.56 mg;

sobota 2025-06-21			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Rukola 10g , Mus owocowy 100g 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Salátka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2411.59 kcal; Białko ogółem: 85.84 g; Tłuszcz ogółem: 56.13 g; Węglowodany ogółem: 359.00 g; Kw. tł. nasycone: 12.51 g; Sól: 5.17 g; Sód: 1173.68 mg; Błonnik: 21.81 g; W tym cukry: 62.44 g; WW: 36.20 Por; Potas: 3466.09 mg; Wapń: 466.50 mg; Fosfor: 1023.70 mg; Żelazo: 10.66 mg; Magnez: 233.77 mg;

sobota 2025-06-21			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor 100g ,			Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Salátka z brązowym ryżem z ogórkiem i kukurydzą 100g , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1979.85 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz ogółem: 47.83 g; Węglowodany ogółem: 265.60 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 7.68 g; Sód: 2091.87 mg; Błonnik: 30.04 g; W tym cukry: 32.35 g; WW: 26.84 Por; Potas: 3614.19 mg; Wapń: 562.33 mg; Fosfor: 1251.75 mg; Żelazo: 12.88 mg; Magnez: 363.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-06-21		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Rukola 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2110.28 kcal; Białko ogółem: 60.43 g; Tłuszcz ogółem: 76.55 g; Węglowodany ogółem: 298.50 g; Kw. tł. nasycone: 13.62 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1004.78 mg; Błonnik: 22.09 g; W tym cukry: 46.86 g; WW: 30.06 Por; Potas: 2703.66 mg; Wapń: 189.23 mg; Fosfor: 577.97 mg; Żelazo: 7.48 mg; Magnez: 193.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 150g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Marchew surowa w słupkach 100g , Herbata z cukrem 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2613.49 kcal; Białko ogółem: 81.20 g; Tłuszcz ogółem: 76.62 g; Węglowodany ogółem: 337.54 g; Kw. tł. nasycone: 27.45 g; Sól: 6.81 g; Sód: 2323.35 mg; Błonnik: 39.34 g; W tym cukry: 99.36 g; WW: 33.92 Por; Potas: 3458.78 mg; Wapń: 729.32 mg; Fosfor: 1244.59 mg; Żelazo: 9.89 mg; Magnez: 291.77 mg;

niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa pomidorowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, MCK</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 150g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Marchew surowa w słupkach 100g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2029.04 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz ogółem: 67.24 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; Kw. tł. nasycone: 23.94 g; Sól: 6.74 g; Sód: 2218.31 mg; Błonnik: 38.48 g; W tym cukry: 42.07 g; WW: 24.63 Por; Potas: 3774.13 mg; Wapń: 729.05 mg; Fosfor: 1362.23 mg; Żelazo: 11.28 mg; Magnez: 336.96 mg;

niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2424.67 kcal; Białko ogółem: 78.74 g; Tłuszcz ogółem: 81.09 g; Węglowodany ogółem: 297.68 g; Kw. tł. nasycone: 32.20 g; Sól: 5.41 g; Sód: 2011.03 mg; Błonnik: 23.94 g; W tym cukry: 65.68 g; WW: 29.99 Por; Potas: 2966.14 mg; Wapń: 505.76 mg; Fosfor: 923.78 mg; Żelazo: 7.30 mg; Magnez: 228.30 mg;

niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2320.27 kcal; Białko ogółem: 79.78 g; Tłuszcz ogółem: 80.77 g; Węglowodany ogółem: 287.90 g; Kw. tł. nasycone: 30.05 g; Sól: 5.40 g; Sód: 2011.03 mg; Błonnik: 23.94 g; W tym cukry: 65.68 g; WW: 28.99 Por; Potas: 2966.14 mg; Wapń: 505.76 mg; Fosfor: 923.78 mg; Żelazo: 7.30 mg; Magnez: 228.30 mg;

niedziela 2025-06-22 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 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 80g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2126.18 kcal; Białko ogółem: 48.08 g; Tłuszcz ogółem: 77.39 g; Węglowodany ogółem: 257.80 g; Kw. tł. nasycone: 25.86 g; Sól: 3.16 g; Sód: 1136.43 mg; Błonnik: 27.52 g; W tym cukry: 41.55 g; WW: 25.92 Por; Potas: 2406.71 mg; Wapń: 182.18 mg; Fosfor: 528.33 mg; Żelazo: 4.95 mg; Magnez: 161.65 mg;

niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Kcal: 2492.19 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; Tłuszcz ogółem: 73.26 g; Węglowodany ogółem: 293.48 g; Kw. tł. nasycone: 24.25 g; Sól: 1.86 g; Sód: 580.78 mg; Błonnik: 18.72 g; W tym cukry: 102.06 g; WW: 29.66 Por; Potas: 4250.23 mg; Wapń: 904.21 mg; Fosfor: 1506.03 mg; Żelazo: 6.70 mg; Magnez: 290.96 mg;

niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem (papką) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (papką) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2273.21 kcal; Białko ogółem: 74.83 g; Tłuszcz ogółem: 71.80 g; Węglowodany ogółem: 292.48 g; Kw. tł. nasycone: 28.56 g; Sól: 3.66 g; Sód: 1333.30 mg; Błonnik: 21.40 g; W tym cukry: 61.35 g; WW: 29.54 Por; Potas: 2634.42 mg; Wapń: 496.62 mg; Fosfor: 866.75 mg; Żelazo: 7.08 mg; Magnez: 187.59 mg;

niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2458.38 kcal; Białko ogółem: 85.44 g; Tłuszcz ogółem: 84.78 g; Węglowodany ogółem: 291.29 g; Kw. tł. nasycone: 31.30 g; Sól: 6.38 g; Sód: 2012.69 mg; Błonnik: 24.24 g; W tym cukry: 66.43 g; WW: 29.33 Por; Potas: 3026.21 mg; Wapń: 509.05 mg; Fosfor: 928.75 mg; Żelazo: 7.43 mg; Magnez: 230.16 mg;

niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry rozdrobniony 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>),	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2328.79 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz ogółem: 75.62 g; Węglowodany ogółem: 285.77 g; Kw. tł. nasycone: 31.79 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1664.74 mg; Błonnik: 19.04 g; W tym cukry: 59.67 g; WW: 28.78 Por; Potas: 2514.93 mg; Wapń: 461.92 mg; Fosfor: 842.55 mg; Żelazo: 6.34 mg; Magnez: 192.17 mg;

niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/glutenu 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2004.88 kcal; Białko ogółem: 48.14 g; Tłuszcz ogółem: 75.24 g; Węglowodany ogółem: 238.21 g; Kw. tł. nasycone: 28.19 g; Sól: 3.13 g; Sód: 1099.26 mg; Błonnik: 22.83 g; W tym cukry: 37.89 g; WW: 23.95 Por; Potas: 2666.85 mg; Wapń: 190.14 mg; Fosfor: 577.29 mg; Żelazo: 5.46 mg; Magnez: 175.46 mg;

niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Sos własny 80ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyńka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Salata masłowa 10g ,	Podwieczorek: Jabłko pieczone z cynamonem 150g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2172.91 kcal; Białko ogółem: 70.74 g; Tłuszcz ogółem: 77.84 g; Węglowodany ogółem: 308.90 g; Kw. tł. nasycone: 13.67 g; Sól: 7.09 g; Sód: 1764.93 mg; Błonnik: 27.56 g; W tym cukry: 58.95 g; WW: 31.18 Por; Potas: 2897.57 mg; Wapń: 181.82 mg; Fosfor: 674.77 mg; Żelazo: 8.14 mg; Magnez: 207.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-06-22			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2331.84 kcal; Białko ogółem: 73.24 g; Tłuszcz ogółem: 77.73 g; Węglowodany ogółem: 295.03 g; Kw. tł. nasycone: 29.56 g; Sól: 5.49 g; Sód: 1487.16 mg; Błonnik: 35.56 g; W tym cukry: 73.28 g; WW: 29.62 Por; Potas: 3102.67 mg; Wapń: 521.44 mg; Fosfor: 883.64 mg; Żelazo: 8.73 mg; Magnez: 232.94 mg;

niedziela 2025-06-22			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml 500ml (<i>GLU, JAJ</i>),			Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Budyń na wodzie 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1782.99 kcal; Białko ogółem: 79.72 g; Tłuszcz ogółem: 58.98 g; Węglowodany ogółem: 242.22 g; Kw. tł. nasycone: 5.18 g; Sól: 0.83 g; Sód: 289.78 mg; Błonnik: 16.24 g; W tym cukry: 55.35 g; WW: 24.47 Por; Potas: 3280.05 mg; Wapń: 143.51 mg; Fosfor: 927.08 mg; Żelazo: 6.05 mg; Magnez: 215.69 mg;

niedziela 2025-06-22			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka b/soli 50g (<i>JAJ, GOR</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem b/soli 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze b/soli 100g , Sos marchewkowy zabieleny b/soli 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Banan 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2660.82 kcal; Białko ogółem: 83.88 g; Tłuszcz ogółem: 85.30 g; Węglowodany ogółem: 344.01 g; Kw. tł. nasycone: 33.38 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1381.49 mg; Błonnik: 27.15 g; W tym cukry: 104.58 g; WW: 34.70 Por; Potas: 3722.46 mg; Wapń: 504.02 mg; Fosfor: 943.86 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 257.24 mg;

niedziela 2025-06-22			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wyd. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Banan 1szt , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2537.55 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz ogółem: 80.83 g; Węglowodany ogółem: 343.75 g; Kw. tł. nasycone: 31.87 g; Sól: 3.83 g; Sód: 1381.91 mg; Błonnik: 27.18 g; W tym cukry: 104.58 g; WW: 34.70 Por; Potas: 3725.72 mg; Wapń: 504.46 mg; Fosfor: 944.28 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 257.32 mg;

niedziela 2025-06-22			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,			Zupa pomidorowa z brązowym makaronem 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, MCK</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Udko duszone 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (<i>GLU, MLE</i>),
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Rzodkiewka biała 90g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka świeża 30g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Marchew w słupkach surowa 100g , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2099.26 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz ogółem: 72.70 g; Węglowodany ogółem: 247.34 g; Kw. tł. nasycone: 26.63 g; Sól: 5.51 g; Sód: 1694.69 mg; Błonnik: 39.41 g; W tym cukry: 41.58 g; WW: 24.91 Por; Potas: 4168.38 mg; Wapń: 597.40 mg; Fosfor: 1285.55 mg; Żelazo: 12.35 mg; Magnez: 344.56 mg;

niedziela 2025-06-22			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,			Zupa pomidorowa z makaronem b/glutenu i b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Udko duszone 100g , Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 60g , Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1771.07 kcal; Białko ogółem: 46.49 g; Tłuszcz ogółem: 70.18 g; Węglowodany ogółem: 242.94 g; Kw. tł. nasycone: 12.66 g; Sól: 3.67 g; Sód: 880.17 mg; Błonnik: 24.07 g; W tym cukry: 38.08 g; WW: 24.46 Por; Potas: 2712.94 mg; Wapń: 162.73 mg; Fosfor: 515.45 mg; Żelazo: 5.56 mg; Magnez: 175.80 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-23 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , Salatką z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 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: 2481.13 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz ogółem: 58.62 g; Węglowodany ogółem: 329.18 g; Kw. tł. nasycone: 15.76 g; Sól: 6.94 g; Sód: 2249.25 mg; Błonnik: 36.37 g; W tym cukry: 76.65 g; WW: 33.10 Por; Potas: 4296.72 mg; Wapń: 614.81 mg; Fosfor: 1749.61 mg; Żelazo: 30.72 mg; Magnez: 367.76 mg;

poniedziałek 2025-06-23 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Rzodkiewka biała ze szczypiorkiem i jogurtem 100g (<i>MLE</i>),	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ziemniaki 200g , 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 , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2017.60 kcal; Białko ogółem: 95.80 g; Tłuszcz ogółem: 54.29 g; Węglowodany ogółem: 251.54 g; Kw. tł. nasycone: 12.08 g; Sól: 7.50 g; Sód: 2240.45 mg; Błonnik: 35.59 g; W tym cukry: 44.64 g; WW: 25.34 Por; Potas: 4149.12 mg; Wapń: 505.31 mg; Fosfor: 1692.11 mg; Żelazo: 31.09 mg; Magnez: 380.66 mg;

poniedziałek 2025-06-23 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , 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: 2216.56 kcal; Białko ogółem: 91.30 g; Tłuszcz ogółem: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 361.73 g; Kw. tł. nasycone: 10.56 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1144.67 mg; Błonnik: 22.69 g; W tym cukry: 50.45 g; WW: 36.42 Por; Potas: 2838.60 mg; Wapń: 539.99 mg; Fosfor: 1039.57 mg; Żelazo: 8.06 mg; Magnez: 210.68 mg;

poniedziałek 2025-06-23 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2112.16 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz ogółem: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 351.95 g; Kw. tł. nasycone: 8.41 g; Sól: 3.95 g; Sód: 1144.67 mg; Błonnik: 22.69 g; W tym cukry: 50.45 g; WW: 35.42 Por; Potas: 2838.60 mg; Wapń: 539.99 mg; Fosfor: 1039.57 mg; Żelazo: 8.06 mg; Magnez: 210.68 mg;

poniedziałek 2025-06-23 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , 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 , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartą gruszką 250ml , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1841.06 kcal; Białko ogółem: 62.39 g; Tłuszcz ogółem: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 290.45 g; Kw. tł. nasycone: 7.69 g; Sól: 1.72 g; Sód: 255.57 mg; Błonnik: 25.16 g; W tym cukry: 36.08 g; WW: 29.20 Por; Potas: 2174.50 mg; Wapń: 161.69 mg; Fosfor: 598.92 mg; Żelazo: 5.34 mg; Magnez: 134.48 mg;

poniedziałek 2025-06-23 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z herbatnikami i masłem (mix g.budyń) 150ml (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 200g (<i>GLU, MLE</i>),
--	--	--

Wartości odżywcze: Kcal: 2962.59 kcal; Białko ogółem: 120.19 g; Tłuszcz ogółem: 79.81 g; Węglowodany ogółem: 452.75 g; Kw. tł. nasycone: 28.49 g; Sól: 1.85 g; Sód: 707.58 mg; Błonnik: 21.12 g; W tym cukry: 97.54 g; WW: 45.67 Por; Potas: 4637.25 mg; Wapń: 1033.41 mg; Fosfor: 1784.13 mg; Żelazo: 8.47 mg; Magnez: 360.26 mg;

poniedziałek 2025-06-23 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) mix 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2441.29 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 35.03 g; Węglowodany ogółem: 406.05 g; Kw. tł. nasycone: 12.00 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1180.46 mg; Błonnik: 23.80 g; W tym cukry: 43.20 g; WW: 40.93 Por; Potas: 2970.21 mg; Wapń: 643.47 mg; Fosfor: 1314.20 mg; Żelazo: 9.24 mg; Magnez: 238.34 mg;

poniedziałek 2025-06-23 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2496.16 kcal; Białko ogółem: 109.74 g; Tłuszcz ogółem: 57.10 g; Węglowodany ogółem: 355.69 g; Kw. tł. nasycone: 25.66 g; Sól: 4.62 g; Sód: 1408.67 mg; Błonnik: 22.69 g; W tym cukry: 53.63 g; WW: 35.78 Por; Potas: 2946.00 mg; Wapń: 629.39 mg; Fosfor: 1249.57 mg; Żelazo: 8.30 mg; Magnez: 220.88 mg;

poniedziałek 2025-06-23 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 50g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.69 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz ogółem: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 338.73 g; Kw. tł. nasycone: 9.01 g; Sól: 3.79 g; Sód: 1077.72 mg; Błonnik: 17.86 g; W tym cukry: 43.10 g; WW: 34.05 Por; Potas: 2540.83 mg; Wapń: 486.93 mg; Fosfor: 996.29 mg; Żelazo: 7.31 mg; Magnez: 189.21 mg;

poniedziałek 2025-06-23 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z makaronem b/glu 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ryż na sypko 200g , 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 , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone z cynamonem 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2366.18 kcal; Białko ogółem: 90.87 g; Tłuszcz ogółem: 57.83 g; Węglowodany ogółem: 332.47 g; Kw. tł. nasycone: 13.01 g; Sól: 2.18 g; Sód: 441.60 mg; Błonnik: 25.74 g; W tym cukry: 55.13 g; WW: 33.51 Por; Potas: 2781.80 mg; Wapń: 465.66 mg; Fosfor: 1237.80 mg; Żelazo: 25.34 mg; Magnez: 172.01 mg;

poniedziałek 2025-06-23 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,	Zupa krem z kalafiora b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z ciecierzycy 40g , Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko gotowane 1szt ,	Posiłek nocny: Jabłko pieczone z cynamonem 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2095.18 kcal; Białko ogółem: 71.89 g; Tłuszcz ogółem: 52.18 g; Węglowodany ogółem: 355.51 g; Kw. tł. nasycone: 10.70 g; Sól: 4.57 g; Sód: 1143.16 mg; Błonnik: 27.54 g; W tym cukry: 57.49 g; WW: 35.77 Por; Potas: 2830.45 mg; Wapń: 202.20 mg; Fosfor: 788.27 mg; Żelazo: 8.78 mg; Magnez: 183.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-23			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu z warzywami po chińsku (wege) 150g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Sałatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 60g , Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2171.65 kcal; Białko ogółem: 72.18 g; Tłuszcz ogółem: 40.27 g; Węglowodany ogółem: 343.66 g; Kw. tł. nasycone: 14.94 g; Sól: 6.94 g; Sód: 2159.05 mg; Błonnik: 30.35 g; W tym cukry: 50.05 g; WW: 34.46 Por; Potas: 2752.29 mg; Wapń: 867.75 mg; Fosfor: 1180.96 mg; Żelazo: 8.82 mg; Magnez: 286.90 mg;

poniedziałek 2025-06-23			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Płynna śniadaniowa b/ml 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,			Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,
			Posiłek nocny: Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2059.96 kcal; Białko ogółem: 85.48 g; Tłuszcz ogółem: 59.66 g; Węglowodany ogółem: 306.94 g; Kw. tł. nasycone: 5.35 g; Sól: 0.87 g; Sód: 302.98 mg; Błonnik: 22.07 g; W tym cukry: 53.54 g; WW: 30.91 Por; Potas: 3598.45 mg; Wapń: 166.76 mg; Fosfor: 1052.68 mg; Żelazo: 7.23 mg; Magnez: 232.89 mg;

poniedziałek 2025-06-23			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,			Zupa krem z kalafiora b/soli 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ryż na sypko b/soli 200g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2454.33 kcal; Białko ogółem: 110.24 g; Tłuszcz ogółem: 50.96 g; Węglowodany ogółem: 355.92 g; Kw. tł. nasycone: 14.31 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1223.25 mg; Błonnik: 22.24 g; W tym cukry: 54.46 g; WW: 35.93 Por; Potas: 3030.45 mg; Wapń: 562.96 mg; Fosfor: 1476.50 mg; Żelazo: 27.67 mg; Magnez: 221.60 mg;

poniedziałek 2025-06-23			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Marchew w plasterach 100g (<i>GLU, MLE</i>),			Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Pomidor b/skóry 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z gruszką 200g (<i>GLU, MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2194.30 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz ogółem: 34.14 g; Węglowodany ogółem: 355.91 g; Kw. tł. nasycone: 12.84 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1176.82 mg; Błonnik: 23.48 g; W tym cukry: 49.17 g; WW: 35.85 Por; Potas: 2886.25 mg; Wapń: 542.94 mg; Fosfor: 1048.37 mg; Żelazo: 8.17 mg; Magnez: 213.29 mg;

poniedziałek 2025-06-23			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>), Rzodkiewka biała z jogurtem i koperkiem 100g ,			Zupa krem z kalafiora 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Sałatka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Ogórek konserwowy 30g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta z ciecierzycy 40g , Pomidor b/skóry 50g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2012.17 kcal; Białko ogółem: 93.21 g; Tłuszcz ogółem: 36.61 g; Węglowodany ogółem: 293.43 g; Kw. tł. nasycone: 8.90 g; Sól: 5.47 g; Sód: 1431.74 mg; Błonnik: 32.77 g; W tym cukry: 41.23 g; WW: 29.43 Por; Potas: 3079.56 mg; Wapń: 481.82 mg; Fosfor: 1237.02 mg; Żelazo: 10.83 mg; Magnez: 296.76 mg;

poniedziałek 2025-06-23			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,			Zupa krem z kalafiora b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180g , Ryż na sypko 200g , 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 , Pomidor b/skóry 50g ,
			Posiłek nocny: Jabłko pieczone z cynamonem 100g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.64 kcal; Białko ogółem: 71.42 g; Tłuszcz ogółem: 69.88 g; Węglowodany ogółem: 272.45 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 2.74 g; Sód: 326.85 mg; Błonnik: 25.74 g; W tym cukry: 42.57 g; WW: 27.50 Por; Potas: 2422.25 mg; Wapń: 159.66 mg; Fosfor: 1018.50 mg; Żelazo: 25.09 mg; Magnez: 141.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-06-24 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>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2296.44 kcal; Białko ogółem: 84.60 g; Tłuszcz ogółem: 55.39 g; Węglowodany ogółem: 310.47 g; Kw. tł. nasycone: 16.85 g; Sól: 7.13 g; Sód: 2384.89 mg; Błonnik: 34.77 g; W tym cukry: 70.35 g; WW: 31.17 Por; Potas: 2609.89 mg; Wapń: 731.98 mg; Fosfor: 1418.00 mg; Żelazo: 9.90 mg; Magnez: 274.49 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 40g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2019.35 kcal; Białko ogółem: 86.39 g; Tłuszcz ogółem: 56.03 g; Węglowodany ogółem: 260.08 g; Kw. tł. nasycone: 15.33 g; Sól: 7.28 g; Sód: 2474.91 mg; Błonnik: 35.83 g; W tym cukry: 47.88 g; WW: 26.09 Por; Potas: 2706.99 mg; Wapń: 820.59 mg; Fosfor: 1508.86 mg; Żelazo: 10.37 mg; Magnez: 312.26 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	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>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2178.09 kcal; Białko ogółem: 79.00 g; Tłuszcz ogółem: 48.64 g; Węglowodany ogółem: 315.09 g; Kw. tł. nasycone: 11.50 g; Sól: 6.10 g; Sód: 1846.56 mg; Błonnik: 19.10 g; W tym cukry: 37.01 g; WW: 31.77 Por; Potas: 2831.31 mg; Wapń: 403.15 mg; Fosfor: 1074.21 mg; Żelazo: 8.25 mg; Magnez: 252.50 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty 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>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 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 , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1994.19 kcal; Białko ogółem: 79.94 g; Tłuszcz ogółem: 48.32 g; Węglowodany ogółem: 285.55 g; Kw. tł. nasycone: 9.35 g; Sól: 6.09 g; Sód: 1846.56 mg; Błonnik: 19.10 g; W tym cukry: 37.01 g; WW: 28.77 Por; Potas: 2831.31 mg; Wapń: 403.15 mg; Fosfor: 1074.21 mg; Żelazo: 8.25 mg; Magnez: 252.50 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	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>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleciną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1956.39 kcal; Białko ogółem: 57.29 g; Tłuszcz ogółem: 52.03 g; Węglowodany ogółem: 268.67 g; Kw. tł. nasycone: 10.13 g; Sól: 4.03 g; Sód: 1019.26 mg; Błonnik: 22.18 g; W tym cukry: 27.20 g; WW: 27.05 Por; Potas: 2362.51 mg; Wapń: 190.15 mg; Fosfor: 756.71 mg; Żelazo: 5.66 mg; Magnez: 194.60 mg;

wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyń) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Budyń waniliowy 200ml (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.77 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz ogółem: 61.37 g; Węglowodany ogółem: 264.55 g; Kw. tł. nasycone: 17.91 g; Sól: 1.75 g; Sód: 604.08 mg; Błonnik: 15.59 g; W tym cukry: 77.81 g; WW: 26.73 Por; Potas: 3971.05 mg; Wapń: 966.71 mg; Fosfor: 1553.88 mg; Żelazo: 5.81 mg; Magnez: 283.29 mg;

wtorek 2025-06-24Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami mix 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem mix 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 60g (MLE), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Budyń waniliowy 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2092.34 kcal; Białko ogółem: 89.40 g; Tłuszcz ogółem: 40.54 g; Węglowodany ogółem: 304.90 g; Kw. tł. nasycone: 12.69 g; Sól: 3.25 g; Sód: 1241.19 mg; Błonnik: 24.05 g; W tym cukry: 54.40 g; WW: 30.80 Por; Potas: 3335.04 mg; Wapń: 655.88 mg; Fosfor: 1342.35 mg; Żelazo: 9.46 mg; Magnez: 256.32 mg;

wtorek 2025-06-24Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Sos pieczarkowy 70ml (GLU, MLE), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 100g (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2248.46 kcal; Białko ogółem: 96.15 g; Tłuszcz ogółem: 54.27 g; Węglowodany ogółem: 303.28 g; Kw. tł. nasycone: 11.61 g; Sól: 7.70 g; Sód: 1865.37 mg; Błonnik: 19.36 g; W tym cukry: 37.07 g; WW: 30.58 Por; Potas: 2839.37 mg; Wapń: 446.82 mg; Fosfor: 1210.47 mg; Żelazo: 8.38 mg; Magnez: 254.01 mg;

wtorek 2025-06-24Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (MLE), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 50g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2018.04 kcal; Białko ogółem: 76.69 g; Tłuszcz ogółem: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 305.36 g; Kw. tł. nasycone: 10.57 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1432.35 mg; Błonnik: 16.39 g; W tym cukry: 34.31 g; WW: 30.79 Por; Potas: 2496.67 mg; Wapń: 365.84 mg; Fosfor: 1014.64 mg; Żelazo: 7.41 mg; Magnez: 214.44 mg;

wtorek 2025-06-24Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Sos pomidorowy b/mąki 70ml , Kapusta pekińska 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), Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2085.37 kcal; Białko ogółem: 63.93 g; Tłuszcz ogółem: 54.72 g; Węglowodany ogółem: 287.42 g; Kw. tł. nasycone: 10.19 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1109.51 mg; Błonnik: 20.41 g; W tym cukry: 35.16 g; WW: 28.89 Por; Potas: 2519.25 mg; Wapń: 365.31 mg; Fosfor: 882.27 mg; Żelazo: 5.38 mg; Magnez: 196.48 mg;

wtorek 2025-06-24Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (GLU), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Salátka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretka z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2151.36 kcal; Białko ogółem: 73.38 g; Tłuszcz ogółem: 82.69 g; Węglowodany ogółem: 294.29 g; Kw. tł. nasycone: 12.77 g; Sól: 7.28 g; Sód: 1912.00 mg; Błonnik: 19.18 g; W tym cukry: 28.32 g; WW: 29.73 Por; Potas: 2721.58 mg; Wapń: 179.45 mg; Fosfor: 887.95 mg; Żelazo: 8.57 mg; Magnez: 244.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-06-24			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i cieciorą (wege) 300g (<i>GLU</i>), Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1972.81 kcal; Białko ogółem: 55.77 g; Tłuszcz ogółem: 44.23 g; Węglowodany ogółem: 294.29 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1481.49 mg; Błonnik: 30.63 g; W tym cukry: 44.20 g; WW: 29.59 Por; Potas: 2618.06 mg; Wapń: 399.82 mg; Fosfor: 986.43 mg; Żelazo: 8.30 mg; Magnez: 234.98 mg;

wtorek 2025-06-24			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml 500ml (<i>GLU, JAJ</i>),			Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
Płynna kolacyjna b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,			Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,
			Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1866.80 kcal; Białko ogółem: 79.31 g; Tłuszcz ogółem: 58.69 g; Węglowodany ogółem: 263.06 g; Kw. tł. nasycone: 5.18 g; Sól: 0.83 g; Sód: 288.73 mg; Błonnik: 15.90 g; W tym cukry: 51.95 g; WW: 26.52 Por; Potas: 3166.85 mg; Wapń: 140.46 mg; Fosfor: 923.28 mg; Żelazo: 5.74 mg; Magnez: 211.19 mg;

wtorek 2025-06-24			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną b/soli 40g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2094.99 kcal; Białko ogółem: 74.11 g; Tłuszcz ogółem: 44.10 g; Węglowodany ogółem: 309.86 g; Kw. tł. nasycone: 10.73 g; Sól: 4.33 g; Sód: 1140.02 mg; Błonnik: 19.48 g; W tym cukry: 37.75 g; WW: 31.21 Por; Potas: 2885.17 mg; Wapń: 367.42 mg; Fosfor: 1012.33 mg; Żelazo: 8.03 mg; Magnez: 208.49 mg;

wtorek 2025-06-24			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,			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>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2103.69 kcal; Białko ogółem: 78.94 g; Tłuszcz ogółem: 47.82 g; Węglowodany ogółem: 315.00 g; Kw. tł. nasycone: 10.95 g; Sól: 6.09 g; Sód: 1846.56 mg; Błonnik: 19.10 g; W tym cukry: 37.01 g; WW: 31.77 Por; Potas: 2831.31 mg; Wapń: 403.15 mg; Fosfor: 1074.21 mg; Żelazo: 8.25 mg; Magnez: 252.50 mg;

wtorek 2025-06-24			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty 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>), Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,			
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2244.62 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz ogółem: 70.16 g; Węglowodany ogółem: 267.64 g; Kw. tł. nasycone: 19.08 g; Sól: 8.20 g; Sód: 2714.57 mg; Błonnik: 33.94 g; W tym cukry: 41.59 g; WW: 26.93 Por; Potas: 3558.49 mg; Wapń: 1035.05 mg; Fosfor: 1754.16 mg; Żelazo: 12.17 mg; Magnez: 398.84 mg;

wtorek 2025-06-24			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,			Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g , Sos pomidorowy b/mąki 70ml , Kapusta pekińska z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyńka delikatesowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Sałatka z pomidora b/s i sałaty lodowej z olejem 100g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1977.35 kcal; Białko ogółem: 50.19 g; Tłuszcz ogółem: 78.14 g; Węglowodany ogółem: 277.98 g; Kw. tł. nasycone: 11.52 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1013.46 mg; Błonnik: 19.64 g; W tym cukry: 25.91 g; WW: 28.00 Por; Potas: 2196.63 mg; Wapń: 122.63 mg; Fosfor: 583.66 mg; Żelazo: 4.81 mg; Magnez: 168.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-06-25 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet pożarski smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</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 makreli z twarogiem i zieleciną 40g (<i>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>), Cykoria 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2541.05 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz ogółem: 81.08 g; Węglowodany ogółem: 314.98 g; Kw. tł. nasycone: 27.59 g; Sól: 8.62 g; Sód: 3085.13 mg; Błonnik: 36.29 g; W tym cukry: 66.45 g; WW: 31.65 Por; Potas: 4136.39 mg; Wapń: 537.85 mg; Fosfor: 1456.08 mg; Żelazo: 14.28 mg; Magnez: 392.96 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa warzywna z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z makreli z twarogiem i zieleciną 60g (<i>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>), Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2227.45 kcal; Białko ogółem: 89.74 g; Tłuszcz ogółem: 75.44 g; Węglowodany ogółem: 265.89 g; Kw. tł. nasycone: 26.14 g; Sól: 8.96 g; Sód: 3252.39 mg; Błonnik: 37.38 g; W tym cukry: 40.32 g; WW: 26.76 Por; Potas: 4222.49 mg; Wapń: 634.27 mg; Fosfor: 1599.08 mg; Żelazo: 14.22 mg; Magnez: 437.43 mg;

środa 2025-06-25 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>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2406.38 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; Tłuszcz ogółem: 57.45 g; Węglowodany ogółem: 360.40 g; Kw. tł. nasycone: 20.17 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1320.34 mg; Błonnik: 27.02 g; W tym cukry: 91.41 g; WW: 36.39 Por; Potas: 4338.35 mg; Wapń: 455.25 mg; Fosfor: 1075.47 mg; Żelazo: 11.49 mg; Magnez: 321.40 mg;

środa 2025-06-25 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>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</i>), 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>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Sałata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2295.39 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz ogółem: 57.03 g; Węglowodany ogółem: 342.36 g; Kw. tł. nasycone: 18.00 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1321.30 mg; Błonnik: 27.17 g; W tym cukry: 91.74 g; WW: 34.54 Por; Potas: 4372.19 mg; Wapń: 456.33 mg; Fosfor: 1077.99 mg; Żelazo: 11.55 mg; Magnez: 322.36 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, SO2</i>), 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) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2012.61 kcal; Białko ogółem: 55.47 g; Tłuszcz ogółem: 43.92 g; Węglowodany ogółem: 307.15 g; Kw. tł. nasycone: 8.43 g; Sól: 2.40 g; Sód: 334.94 mg; Błonnik: 28.75 g; W tym cukry: 80.55 g; WW: 30.99 Por; Potas: 3762.75 mg; Wapń: 207.05 mg; Fosfor: 619.37 mg; Żelazo: 7.89 mg; Magnez: 225.50 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
Zupa ml. z kaszą manną z masłem, miodem i got. owocem (mix) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kisiel z mlekiem 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,
---	---	--

Wartości odżywcze: Kcal: 2033.25 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz ogółem: 57.09 g; Węglowodany ogółem: 290.70 g; Kw. tł. nasycone: 16.33 g; Sól: 1.48 g; Sód: 548.91 mg; Błonnik: 16.47 g; W tym cukry: 91.34 g; WW: 29.34 Por; Potas: 4067.15 mg; Wapń: 815.26 mg; Fosfor: 1446.43 mg; Żelazo: 6.37 mg; Magnez: 281.09 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Banan 1szt ,	Zupa warzywna z ryżem mix 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze (papka) 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.46 kcal; Białko ogółem: 75.08 g; Tłuszcz ogółem: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 341.53 g; Kw. tł. nasycone: 9.55 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1088.05 mg; Błonnik: 26.93 g; W tym cukry: 80.79 g; WW: 34.55 Por; Potas: 3864.37 mg; Wapń: 432.41 mg; Fosfor: 1034.39 mg; Żelazo: 10.26 mg; Magnez: 309.01 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 50g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 80g (<i>RYB, SEL</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2388.85 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Tłuszcz ogółem: 48.81 g; Węglowodany ogółem: 349.05 g; Kw. tł. nasycone: 11.62 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1211.38 mg; Błonnik: 27.68 g; W tym cukry: 94.98 g; WW: 35.26 Por; Potas: 4516.24 mg; Wapń: 526.27 mg; Fosfor: 1241.60 mg; Żelazo: 11.81 mg; Magnez: 331.82 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Banan 1szt ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<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>), 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 , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2157.96 kcal; Białko ogółem: 77.36 g; Tłuszcz ogółem: 42.34 g; Węglowodany ogółem: 328.33 g; Kw. tł. nasycone: 8.32 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1095.03 mg; Błonnik: 21.92 g; W tym cukry: 84.01 g; WW: 33.13 Por; Potas: 3835.98 mg; Wapń: 387.24 mg; Fosfor: 946.69 mg; Żelazo: 10.37 mg; Magnez: 294.97 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.60 kcal; Białko ogółem: 65.28 g; Tłuszcz ogółem: 58.94 g; Węglowodany ogółem: 309.31 g; Kw. tł. nasycone: 18.44 g; Sól: 2.84 g; Sód: 506.48 mg; Błonnik: 28.66 g; W tym cukry: 86.75 g; WW: 31.18 Por; Potas: 3814.05 mg; Wapń: 396.36 mg; Fosfor: 759.67 mg; Żelazo: 7.48 mg; Magnez: 233.08 mg;

środa 2025-06-25 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ciecierzycy 60g , Dżem szt -25g 1szt , Banan 1szt , Cykoria 10g ,	Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 40g ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2316.77 kcal; Białko ogółem: 68.90 g; Tłuszcz ogółem: 69.64 g; Węglowodany ogółem: 373.65 g; Kw. tł. nasycone: 11.50 g; Sól: 4.05 g; Sód: 1220.24 mg; Błonnik: 31.02 g; W tym cukry: 83.05 g; WW: 37.75 Por; Potas: 4183.51 mg; Wapń: 238.57 mg; Fosfor: 873.39 mg; Żelazo: 11.54 mg; Magnez: 298.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-25			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>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony 100g ,			Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet jajeczny smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy 60g , Salata maslowa 10g , Pomidor 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2198.57 kcal; Białko ogółem: 57.06 g; Tłuszcz ogółem: 75.66 g; Węglowodany ogółem: 288.70 g; Kw. tł. nasycone: 25.43 g; Sól: 5.85 g; Sód: 2092.79 mg; Błonnik: 34.08 g; W tym cukry: 52.28 g; WW: 29.00 Por; Potas: 3230.08 mg; Wapń: 453.23 mg; Fosfor: 1007.99 mg; Żelazo: 10.98 mg; Magnez: 315.66 mg;

środa 2025-06-25			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa b/ml 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,			Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,
			Posilek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2079.91 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz ogółem: 59.82 g; Węglowodany ogółem: 312.11 g; Kw. tł. nasycone: 5.36 g; Sól: 0.86 g; Sód: 297.58 mg; Błonnik: 22.76 g; W tym cukry: 58.56 g; WW: 31.42 Por; Potas: 3587.85 mg; Wapń: 151.51 mg; Fosfor: 1043.58 mg; Żelazo: 7.04 mg; Magnez: 227.59 mg;

środa 2025-06-25			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,			Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) b/soli 40g (<i>RYB</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata maslowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2370.34 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz ogółem: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 346.18 g; Kw. tł. nasycone: 20.10 g; Sól: 4.80 g; Sód: 1293.36 mg; Błonnik: 26.50 g; W tym cukry: 90.78 g; WW: 34.94 Por; Potas: 4275.87 mg; Wapń: 450.35 mg; Fosfor: 1062.10 mg; Żelazo: 11.25 mg; Magnez: 316.67 mg;

środa 2025-06-25			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 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Banan 1szt , Cykoria 10g ,			Zupa warzywna z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Salata maslowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2375.91 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz ogółem: 58.38 g; Węglowodany ogółem: 353.04 g; Kw. tł. nasycone: 20.71 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1337.94 mg; Błonnik: 27.02 g; W tym cukry: 92.69 g; WW: 35.65 Por; Potas: 4383.55 mg; Wapń: 492.85 mg; Fosfor: 1166.27 mg; Żelazo: 11.57 mg; Magnez: 325.00 mg;

środa 2025-06-25			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>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,			Zupa warzywna z brązowym ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Salata maslowa 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2233.61 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz ogółem: 75.47 g; Węglowodany ogółem: 262.89 g; Kw. tł. nasycone: 26.19 g; Sól: 8.89 g; Sód: 3223.01 mg; Błonnik: 35.00 g; W tym cukry: 38.77 g; WW: 26.52 Por; Potas: 4151.63 mg; Wapń: 630.31 mg; Fosfor: 1571.02 mg; Żelazo: 14.12 mg; Magnez: 434.73 mg;

środa 2025-06-25			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatna drobiowa 40g , Pasta z ciecierzycy 60g , Banan 1szt , Cykoria 10g ,			Zupa warzywna z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z ryby gotowanej (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata maslowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
			Posilek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kisiel z tartym jabłkiem 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1899.31 kcal; Białko ogółem: 53.19 g; Tłuszcz ogółem: 65.60 g; Węglowodany ogółem: 279.93 g; Kw. tł. nasycone: 10.36 g; Sól: 3.06 g; Sód: 272.67 mg; Błonnik: 29.37 g; W tym cukry: 77.68 g; WW: 28.27 Por; Potas: 3562.82 mg; Wapń: 176.17 mg; Fosfor: 565.38 mg; Żelazo: 7.30 mg; Magnez: 210.80 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-06-26 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , 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>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na miękko kl. M 1szt (<i>JAJ</i>), Rukola 10g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Arbuz 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2262.69 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz ogółem: 51.98 g; Węglowodany ogółem: 307.96 g; Kw. tł. nasycone: 17.35 g; Sól: 7.19 g; Sód: 1904.24 mg; Błonnik: 33.21 g; W tym cukry: 62.53 g; WW: 30.90 Por; Potas: 3814.13 mg; Wapń: 746.35 mg; Fosfor: 1342.39 mg; Żelazo: 12.35 mg; Magnez: 324.44 mg;

czwartek 2025-06-26 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Papryka konserwowa 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na miękko kl. M 1szt (<i>JAJ</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1911.51 kcal; Białko ogółem: 86.57 g; Tłuszcz ogółem: 45.93 g; Węglowodany ogółem: 255.16 g; Kw. tł. nasycone: 15.33 g; Sól: 7.16 g; Sód: 1969.72 mg; Błonnik: 35.09 g; W tym cukry: 38.32 g; WW: 25.64 Por; Potas: 3726.53 mg; Wapń: 828.41 mg; Fosfor: 1431.19 mg; Żelazo: 12.44 mg; Magnez: 349.48 mg;

czwartek 2025-06-26 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.69 kcal; Białko ogółem: 77.56 g; Tłuszcz ogółem: 57.76 g; Węglowodany ogółem: 319.53 g; Kw. tł. nasycone: 25.09 g; Sól: 7.02 g; Sód: 1938.26 mg; Błonnik: 19.50 g; W tym cukry: 49.99 g; WW: 32.17 Por; Potas: 3521.97 mg; Wapń: 424.49 mg; Fosfor: 947.46 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 274.39 mg;

czwartek 2025-06-26 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bulka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2146.99 kcal; Białko ogółem: 75.95 g; Tłuszcz ogółem: 57.01 g; Węglowodany ogółem: 309.44 g; Kw. tł. nasycone: 22.94 g; Sól: 6.38 g; Sód: 1938.26 mg; Błonnik: 19.50 g; W tym cukry: 49.87 g; WW: 31.13 Por; Potas: 3521.97 mg; Wapń: 424.49 mg; Fosfor: 947.46 mg; Żelazo: 9.49 mg; Magnez: 274.39 mg;

czwartek 2025-06-26 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1886.89 kcal; Białko ogółem: 51.08 g; Tłuszcz ogółem: 52.99 g; Węglowodany ogółem: 256.76 g; Kw. tł. nasycone: 18.68 g; Sól: 2.39 g; Sód: 338.96 mg; Błonnik: 22.38 g; W tym cukry: 42.91 g; WW: 25.77 Por; Potas: 3233.47 mg; Wapń: 190.29 mg; Fosfor: 582.26 mg; Żelazo: 6.82 mg; Magnez: 171.89 mg;

czwartek 2025-06-26 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z makaronem, masłem i miodem (mix g.buyniu) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Sok owocowy 1szt ,	Płynna obiadowa 500ml (GLU, MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (GLU, MLE, SEL), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
II Śniadanie: Mleko z 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: Budyń waniliowy 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2314.59 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz ogółem: 69.47 g; Węglowodany ogółem: 271.29 g; Kw. tł. nasycone: 23.18 g; Sól: 1.67 g; Sód: 533.68 mg; Błonnik: 16.80 g; W tym cukry: 57.78 g; WW: 27.40 Por; Potas: 3766.15 mg; Wapń: 772.31 mg; Fosfor: 1406.13 mg; Żelazo: 6.18 mg; Magnez: 271.46 mg;

czwartek 2025-06-26 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami mix 300ml (MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą mix 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki puree 200g , Kalafior gotowany na parze mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2011.75 kcal; Białko ogółem: 75.74 g; Tłuszcz ogółem: 47.66 g; Węglowodany ogółem: 282.56 g; Kw. tł. nasycone: 20.33 g; Sól: 3.24 g; Sód: 1231.73 mg; Błonnik: 24.71 g; W tym cukry: 36.24 g; WW: 28.62 Por; Potas: 3672.42 mg; Wapń: 413.00 mg; Fosfor: 990.64 mg; Żelazo: 9.91 mg; Magnez: 251.40 mg;

czwartek 2025-06-26 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Twaróg 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą mix 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Arbuz 150g , Wafle ryżowe 10g , Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2367.32 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz ogółem: 69.88 g; Węglowodany ogółem: 298.52 g; Kw. tł. nasycone: 31.05 g; Sól: 5.84 g; Sód: 1359.26 mg; Błonnik: 20.44 g; W tym cukry: 56.45 g; WW: 30.01 Por; Potas: 3864.97 mg; Wapń: 503.49 mg; Fosfor: 1151.86 mg; Żelazo: 9.89 mg; Magnez: 249.79 mg;

czwartek 2025-06-26 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Pomidor b/skóry 50g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE), Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2187.13 kcal; Białko ogółem: 73.30 g; Tłuszcz ogółem: 57.64 g; Węglowodany ogółem: 303.15 g; Kw. tł. nasycone: 23.44 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1234.95 mg; Błonnik: 17.38 g; W tym cukry: 49.51 g; WW: 30.45 Por; Potas: 3373.89 mg; Wapń: 357.83 mg; Fosfor: 896.34 mg; Żelazo: 8.48 mg; Magnez: 217.83 mg;

czwartek 2025-06-26 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 40g (SOJ, MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami b/glu 300ml (MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Arbuz 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2288.11 kcal; Białko ogółem: 63.03 g; Tłuszcz ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 321.64 g; Kw. tł. nasycone: 23.91 g; Sól: 2.64 g; Sód: 487.15 mg; Błonnik: 22.76 g; W tym cukry: 44.69 g; WW: 32.23 Por; Potas: 2560.99 mg; Wapń: 383.47 mg; Fosfor: 727.42 mg; Żelazo: 6.30 mg; Magnez: 148.69 mg;

czwartek 2025-06-26 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyunka delikatesowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (GLU), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Jajko got. na miękko kl. M 1szt (JAJ), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Mus owocowy 100g 1szt ,	Posiłek nocny: Arbuz 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1952.02 kcal; Białko ogółem: 70.36 g; Tłuszcz ogółem: 58.53 g; Węglowodany ogółem: 295.16 g; Kw. tł. nasycone: 12.86 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1063.26 mg; Błonnik: 19.21 g; W tym cukry: 39.67 g; WW: 29.71 Por; Potas: 3459.07 mg; Wapń: 202.19 mg; Fosfor: 679.26 mg; Żelazo: 9.16 mg; Magnez: 207.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-06-26		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Papryka konserwowa 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu w plasterkach 100g (<i>SOJ</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Arbuz 150g , Wafle ryżowe 10g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2007.78 kcal; Białko ogółem: 80.26 g; Tłuszcz ogółem: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 282.19 g; Kw. tł. nasycone: 17.92 g; Sól: 5.02 g; Sód: 1868.26 mg; Błonnik: 30.23 g; W tym cukry: 51.52 g; WW: 28.31 Por; Potas: 3273.17 mg; Wapń: 927.54 mg; Fosfor: 1333.50 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 282.95 mg;

czwartek 2025-06-26		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml 500ml (<i>GLU, JAJ</i>),	Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,
II Śniadanie: Budyń płynny b/ml 200ml ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1866.80 kcal; Białko ogółem: 79.31 g; Tłuszcz ogółem: 58.69 g; Węglowodany ogółem: 263.06 g; Kw. tł. nasycone: 5.18 g; Sól: 0.83 g; Sód: 288.73 mg; Błonnik: 15.90 g; W tym cukry: 51.95 g; WW: 26.52 Por; Potas: 3166.85 mg; Wapń: 140.46 mg; Fosfor: 923.28 mg; Żelazo: 5.74 mg; Magnez: 211.19 mg;

czwartek 2025-06-26		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 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Arbuz 150g , Wafle ryżowe 10g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2185.24 kcal; Białko ogółem: 74.76 g; Tłuszcz ogółem: 56.55 g; Węglowodany ogółem: 321.91 g; Kw. tł. nasycone: 24.51 g; Sól: 4.64 g; Sód: 1242.61 mg; Błonnik: 20.44 g; W tym cukry: 52.98 g; WW: 32.38 Por; Potas: 3754.32 mg; Wapń: 411.29 mg; Fosfor: 941.36 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 240.39 mg;

czwartek 2025-06-26		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 z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Arbuz 150g , Wafle ryżowe 10g , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2108.29 kcal; Białko ogółem: 74.83 g; Tłuszcz ogółem: 56.65 g; Węglowodany ogółem: 302.41 g; Kw. tł. nasycone: 24.57 g; Sól: 4.65 g; Sód: 1244.86 mg; Błonnik: 20.44 g; W tym cukry: 53.23 g; WW: 30.41 Por; Potas: 3761.37 mg; Wapń: 417.29 mg; Fosfor: 945.66 mg; Żelazo: 9.69 mg; Magnez: 240.99 mg;

czwartek 2025-06-26		Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 249ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<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>), Jajko got. na miękko kl. M 1szt (<i>JAJ</i>), Rukola 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok warzywny 300ml 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1979.78 kcal; Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz ogółem: 56.60 g; Węglowodany ogółem: 250.75 g; Kw. tł. nasycone: 24.56 g; Sól: 5.84 g; Sód: 1721.12 mg; Błonnik: 30.94 g; W tym cukry: 42.06 g; WW: 25.23 Por; Potas: 4209.66 mg; Wapń: 525.35 mg; Fosfor: 1235.14 mg; Żelazo: 12.26 mg; Magnez: 345.11 mg;

czwartek 2025-06-26		Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyunka delikatesowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml i b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ryż na sypko 200g , Kalafor gotowany na parze 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 50g (<i>SOJ, MLE</i>), Jajko got. na miękko kl. M 1szt (<i>JAJ</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,
		Posiłek nocny: Arbuz 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1880.11 kcal; Białko ogółem: 56.15 g; Tłuszcz ogółem: 58.83 g; Węglowodany ogółem: 286.35 g; Kw. tł. nasycone: 11.64 g; Sól: 2.97 g; Sód: 151.00 mg; Błonnik: 21.21 g; W tym cukry: 35.58 g; WW: 28.72 Por; Potas: 2273.24 mg; Wapń: 155.57 mg; Fosfor: 503.87 mg; Żelazo: 5.90 mg; Magnez: 121.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-06-27 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 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>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła i pomidora 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>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jabłko 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2369.08 kcal; Białko ogółem: 81.26 g; Tłuszcz ogółem: 61.64 g; Węglowodany ogółem: 297.88 g; Kw. tł. nasycone: 25.97 g; Sól: 4.74 g; Sód: 1709.07 mg; Błonnik: 40.00 g; W tym cukry: 70.16 g; WW: 29.84 Por; Potas: 3196.47 mg; Wapń: 463.99 mg; Fosfor: 889.71 mg; Żelazo: 9.50 mg; Magnez: 244.78 mg;

piątek 2025-06-27 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Salátka z brokuła i pomidora z olejem 150g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2072.07 kcal; Białko ogółem: 83.72 g; Tłuszcz ogółem: 65.05 g; Węglowodany ogółem: 257.84 g; Kw. tł. nasycone: 24.96 g; Sól: 4.74 g; Sód: 1782.64 mg; Błonnik: 41.06 g; W tym cukry: 51.33 g; WW: 25.83 Por; Potas: 3508.79 mg; Wapń: 572.07 mg; Fosfor: 1103.03 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 293.25 mg;

piątek 2025-06-27 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Bułka pszenna krojona 40g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Jabłko pieczone z cynamonem 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.01 kcal; Białko ogółem: 89.34 g; Tłuszcz ogółem: 37.97 g; Węglowodany ogółem: 315.08 g; Kw. tł. nasycone: 13.63 g; Sól: 7.90 g; Sód: 1872.25 mg; Błonnik: 24.06 g; W tym cukry: 58.01 g; WW: 31.79 Por; Potas: 2706.55 mg; Wapń: 366.94 mg; Fosfor: 650.35 mg; Żelazo: 6.87 mg; Magnez: 213.64 mg;

piątek 2025-06-27 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Salátka z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Jabłko pieczone z cynamonem 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2050.31 kcal; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz ogółem: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 299.53 g; Kw. tł. nasycone: 11.46 g; Sól: 7.79 g; Sód: 1834.35 mg; Błonnik: 23.88 g; W tym cukry: 57.89 g; WW: 30.21 Por; Potas: 2695.35 mg; Wapń: 365.44 mg; Fosfor: 642.95 mg; Żelazo: 6.76 mg; Magnez: 211.84 mg;

piątek 2025-06-27 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Biszkopty 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Jabłko pieczone z cynamonem 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1855.98 kcal; Białko ogółem: 56.45 g; Tłuszcz ogółem: 42.14 g; Węglowodany ogółem: 247.91 g; Kw. tł. nasycone: 19.21 g; Sól: 1.89 g; Sód: 403.53 mg; Błonnik: 27.76 g; W tym cukry: 52.42 g; WW: 24.89 Por; Potas: 2587.69 mg; Wapń: 161.22 mg; Fosfor: 397.21 mg; Żelazo: 4.45 mg; Magnez: 121.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-06-27 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z płatkami owsianymi z masłem, biszkoptami i bananem (mix g.budyniu) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z biszkoptami i masłem (mix g.budyniu) 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Kisiel owocowy 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2224.07 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz ogółem: 69.57 g; Węglowodany ogółem: 277.77 g; Kw. tł. nasycone: 22.51 g; Sól: 1.59 g; Sód: 544.63 mg; Błonnik: 18.14 g; W tym cukry: 81.71 g; WW: 28.07 Por; Potas: 4063.50 mg; Wapń: 827.71 mg; Fosfor: 1536.73 mg; Żelazo: 7.09 mg; Magnez: 323.64 mg;

piątek 2025-06-27 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1719.14 kcal; Białko ogółem: 76.47 g; Tłuszcz ogółem: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 268.04 g; Kw. tł. nasycone: 8.07 g; Sól: 2.75 g; Sód: 1032.99 mg; Błonnik: 23.40 g; W tym cukry: 36.68 g; WW: 27.16 Por; Potas: 2555.93 mg; Wapń: 378.19 mg; Fosfor: 694.88 mg; Żelazo: 6.92 mg; Magnez: 183.35 mg;

piątek 2025-06-27 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>), Twarożek z brzoskwinia 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana 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>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone z cynamonem 150g , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1950.82 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz ogółem: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 294.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.06 g; Sól: 6.31 g; Sód: 1763.17 mg; Błonnik: 23.66 g; W tym cukry: 63.47 g; WW: 29.65 Por; Potas: 2870.45 mg; Wapń: 445.64 mg; Fosfor: 734.71 mg; Żelazo: 6.64 mg; Magnez: 214.47 mg;

piątek 2025-06-27 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1852.39 kcal; Białko ogółem: 84.61 g; Tłuszcz ogółem: 26.54 g; Węglowodany ogółem: 246.71 g; Kw. tł. nasycone: 9.83 g; Sól: 6.80 g; Sód: 1657.64 mg; Błonnik: 16.65 g; W tym cukry: 33.13 g; WW: 24.89 Por; Potas: 2095.84 mg; Wapń: 309.99 mg; Fosfor: 559.77 mg; Żelazo: 5.17 mg; Magnez: 181.64 mg;

piątek 2025-06-27 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>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana 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>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1911.61 kcal; Białko ogółem: 69.60 g; Tłuszcz ogółem: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 292.03 g; Kw. tł. nasycone: 11.02 g; Sól: 4.69 g; Sód: 966.63 mg; Błonnik: 26.71 g; W tym cukry: 76.91 g; WW: 29.47 Por; Potas: 3108.89 mg; Wapń: 328.72 mg; Fosfor: 530.81 mg; Żelazo: 4.80 mg; Magnez: 233.13 mg;

piątek 2025-06-27 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana 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>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Ser wege 60g , Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Ogórek świeży b/skóry 30g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1774.99 kcal; Białko ogółem: 64.27 g; Tłuszcz ogółem: 46.23 g; Węglowodany ogółem: 294.01 g; Kw. tł. nasycone: 10.20 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1758.99 mg; Błonnik: 22.84 g; W tym cukry: 68.83 g; WW: 29.74 Por; Potas: 3130.95 mg; Wapń: 156.25 mg; Fosfor: 462.85 mg; Żelazo: 7.04 mg; Magnez: 253.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-06-27			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 80g (<i>MLE</i>), Dżem szt- 25g 1szt ,		Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 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>), Serek kanapkowy 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>), Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2214.30 kcal; Białko ogółem: 80.23 g; Tłuszcz ogółem: 49.86 g; Węglowodany ogółem: 307.62 g; Kw. tł. nasycone: 24.58 g; Sól: 4.31 g; Sód: 1590.60 mg; Błonnik: 34.45 g; W tym cukry: 84.63 g; WW: 31.00 Por; Potas: 3464.60 mg; Wapń: 439.72 mg; Fosfor: 904.16 mg; Żelazo: 8.03 mg; Magnez: 274.22 mg;

piątek 2025-06-27			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyni
Płynna śniadaniowa b/ml 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,		Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
Płynna kolacyjna b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,		Podwieczorek: Ryż z jabłkiem b/ml (mix g.budyniu) 200g ,	
		Posiłek nocny: Budyń płynny b/ml 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2138.00 kcal; Białko ogółem: 84.67 g; Tłuszcz ogółem: 59.25 g; Węglowodany ogółem: 327.08 g; Kw. tł. nasycone: 5.30 g; Sól: 0.85 g; Sód: 295.53 mg; Błonnik: 19.82 g; W tym cukry: 61.81 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3389.65 mg; Wapń: 152.46 mg; Fosfor: 1040.28 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 224.59 mg;

piątek 2025-06-27			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa selerowa z ziemniakami b/soli 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Biskopity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.99 kcal; Białko ogółem: 81.11 g; Tłuszcz ogółem: 42.00 g; Węglowodany ogółem: 308.38 g; Kw. tł. nasycone: 22.69 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1208.25 mg; Błonnik: 21.50 g; W tym cukry: 77.26 g; WW: 31.13 Por; Potas: 3334.04 mg; Wapń: 353.19 mg; Fosfor: 684.37 mg; Żelazo: 6.59 mg; Magnez: 223.83 mg;

piątek 2025-06-27			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Twarożek z brzoskwinia 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Biskopity 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2108.59 kcal; Białko ogółem: 81.05 g; Tłuszcz ogółem: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 308.29 g; Kw. tł. nasycone: 22.14 g; Sól: 4.54 g; Sód: 1208.64 mg; Błonnik: 21.50 g; W tym cukry: 77.26 g; WW: 31.13 Por; Potas: 3334.04 mg; Wapń: 353.19 mg; Fosfor: 684.37 mg; Żelazo: 6.59 mg; Magnez: 223.84 mg;

piątek 2025-06-27			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,		Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	
Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 30g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1991.92 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz ogółem: 54.31 g; Węglowodany ogółem: 250.90 g; Kw. tł. nasycone: 26.47 g; Sól: 7.75 g; Sód: 2481.69 mg; Błonnik: 34.86 g; W tym cukry: 48.05 g; WW: 25.25 Por; Potas: 3184.03 mg; Wapń: 532.97 mg; Fosfor: 1066.70 mg; Żelazo: 9.80 mg; Magnez: 317.68 mg;

piątek 2025-06-27			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL, S02</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Cukinia gotowana 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>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Pasta drobiowa 60g , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 50g ,	
		Posiłek nocny: Banan 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1622.80 kcal; Białko ogółem: 58.37 g; Tłuszcz ogółem: 44.86 g; Węglowodany ogółem: 260.36 g; Kw. tł. nasycone: 8.99 g; Sól: 2.54 g; Sód: 228.47 mg; Błonnik: 26.19 g; W tym cukry: 67.54 g; WW: 26.31 Por; Potas: 3089.86 mg; Wapń: 105.42 mg; Fosfor: 397.14 mg; Żelazo: 4.70 mg; Magnez: 185.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-06-28 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor 100g, Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka smażony w panierce 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g, Surówka colesław z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Mizeria z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g, Herbata z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2445.75 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz ogółem: 51.48 g; Węglowodany ogółem: 351.04 g; Kw. tł. nasycone: 17.22 g; Sól: 7.95 g; Sód: 2442.41 mg; Błonnik: 34.63 g; W tym cukry: 86.68 g; WW: 35.23 Por; Potas: 3768.84 mg; Wapń: 921.89 mg; Fosfor: 1406.35 mg; Żelazo: 10.38 mg; Magnez: 356.07 mg;

sobota 2025-06-28 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka colesław z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Mizeria z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 30g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g, Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Marchew w słupkach na surowo 200g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1864.27 kcal; Białko ogółem: 98.10 g; Tłuszcz ogółem: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 258.22 g; Kw. tł. nasycone: 16.00 g; Sól: 9.08 g; Sód: 2739.25 mg; Błonnik: 37.65 g; W tym cukry: 41.65 g; WW: 25.95 Por; Potas: 3899.22 mg; Wapń: 1056.97 mg; Fosfor: 1560.57 mg; Żelazo: 10.92 mg; Magnez: 397.23 mg;

sobota 2025-06-28 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 60g (<i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Mizeria 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 60g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Sałata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1982.37 kcal; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz ogółem: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 309.92 g; Kw. tł. nasycone: 11.12 g; Sól: 4.31 g; Sód: 1106.30 mg; Błonnik: 16.73 g; W tym cukry: 60.92 g; WW: 31.26 Por; Potas: 3216.64 mg; Wapń: 557.62 mg; Fosfor: 1096.75 mg; Żelazo: 7.13 mg; Magnez: 221.30 mg;

sobota 2025-06-28 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Mizeria 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 50g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 10g , Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1864.77 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz ogółem: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 299.76 g; Kw. tł. nasycone: 8.69 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1101.90 mg; Błonnik: 16.73 g; W tym cukry: 60.60 g; WW: 30.22 Por; Potas: 3205.34 mg; Wapń: 548.22 mg; Fosfor: 1074.05 mg; Żelazo: 7.11 mg; Magnez: 220.40 mg;

sobota 2025-06-28 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Mizeria 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>), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1679.55 kcal; Białko ogółem: 54.66 g; Tłuszcz ogółem: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 262.78 g; Kw. tł. nasycone: 7.95 g; Sól: 3.42 g; Sód: 242.23 mg; Błonnik: 19.35 g; W tym cukry: 49.29 g; WW: 26.47 Por; Potas: 2611.67 mg; Wapń: 285.44 mg; Fosfor: 629.76 mg; Żelazo: 4.44 mg; Magnez: 153.24 mg;

sobota 2025-06-28 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got owocem (mix g.budyńniu) 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kisiel z mlekiem (mix) 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyńniu) 150ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Posiłek nocny: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) mix 200ml (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2184.64 kcal; Białko ogółem: 99.43 g; Tłuszcz ogółem: 66.06 g; Węglowodany ogółem: 285.60 g; Kw. tł. nasycone: 21.38 g; Sól: 1.58 g; Sód: 548.13 mg; Błonnik: 17.26 g; W tym cukry: 82.90 g; WW: 28.90 Por; Potas: 4023.90 mg; Wapń: 816.66 mg; Fosfor: 1433.18 mg; Żelazo: 6.36 mg; Magnez: 287.41 mg;

sobota 2025-06-28 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka z indykiem 60g (<i>SOJ</i>), Pasta warzywna 100g ,	Zupa krupnik ryżowy (papka) 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki puree 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 50g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1974.38 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz ogółem: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 303.62 g; Kw. tł. nasycone: 10.41 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1086.13 mg; Błonnik: 23.94 g; W tym cukry: 55.29 g; WW: 30.75 Por; Potas: 3275.58 mg; Wapń: 602.48 mg; Fosfor: 1116.53 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 237.74 mg;

sobota 2025-06-28 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka z indykiem 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Mizeria 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 80g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1966.70 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz ogółem: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 291.63 g; Kw. tł. nasycone: 10.05 g; Sól: 4.33 g; Sód: 1114.30 mg; Błonnik: 16.45 g; W tym cukry: 61.36 g; WW: 29.38 Por; Potas: 3212.44 mg; Wapń: 571.62 mg; Fosfor: 1137.95 mg; Żelazo: 7.03 mg; Magnez: 221.30 mg;

sobota 2025-06-28 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka z indykiem 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 50g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Mizeria 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 50g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1895.53 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz ogółem: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 290.57 g; Kw. tł. nasycone: 9.16 g; Sól: 4.22 g; Sód: 1067.26 mg; Błonnik: 14.30 g; W tym cukry: 54.49 g; WW: 29.28 Por; Potas: 2891.42 mg; Wapń: 522.36 mg; Fosfor: 1044.58 mg; Żelazo: 6.44 mg; Magnez: 206.21 mg;

sobota 2025-06-28 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>), Szyunka z indykiem 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Mizeria 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 50g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1870.03 kcal; Białko ogółem: 71.73 g; Tłuszcz ogółem: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 279.68 g; Kw. tł. nasycone: 9.66 g; Sól: 2.40 g; Sód: 343.21 mg; Błonnik: 20.39 g; W tym cukry: 57.97 g; WW: 28.15 Por; Potas: 2946.38 mg; Wapń: 512.28 mg; Fosfor: 916.33 mg; Żelazo: 4.70 mg; Magnez: 181.46 mg;

sobota 2025-06-28 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szyunka z indykiem 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Szyunka delikatesowa drobiowa 30g , Cykoria 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1862.74 kcal; Białko ogółem: 75.52 g; Tłuszcz ogółem: 50.95 g; Węglowodany ogółem: 285.00 g; Kw. tł. nasycone: 10.23 g; Sól: 6.27 g; Sód: 1123.75 mg; Błonnik: 22.91 g; W tym cukry: 47.95 g; WW: 28.69 Por; Potas: 2988.94 mg; Wapń: 180.92 mg; Fosfor: 755.59 mg; Żelazo: 7.42 mg; Magnez: 198.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-06-28			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,			Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Mizeria z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2059.09 kcal; Białko ogółem: 62.47 g; Tłuszcz ogółem: 44.30 g; Węglowodany ogółem: 312.86 g; Kw. tł. nasycone: 15.65 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1574.98 mg; Błonnik: 36.64 g; W tym cukry: 67.70 g; WW: 31.39 Por; Potas: 3045.39 mg; Wapń: 894.09 mg; Fosfor: 1065.28 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 257.27 mg;

sobota 2025-06-28			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Płynna śniadaniowa b/ml 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Herbata b/c 250ml ,			Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,
Płynna kolacyjna b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Herbata b/c 250ml ,			
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml ,			Podwieczorek: Mus owocowy 100g 1szt ,
			Posiłek nocny: Sok warzywny 300ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1793.71 kcal; Białko ogółem: 82.22 g; Tłuszcz ogółem: 60.16 g; Węglowodany ogółem: 238.94 g; Kw. tł. nasycone: 5.18 g; Sól: 3.83 g; Sód: 287.78 mg; Błonnik: 15.84 g; W tym cukry: 43.15 g; WW: 24.10 Por; Potas: 3164.05 mg; Wapń: 133.51 mg; Fosfor: 913.08 mg; Żelazo: 5.65 mg; Magnez: 209.69 mg;

sobota 2025-06-28			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,			Zupa krupnik ryżowy b/soli 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Mizeria 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 50g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Sok przecierowy 100% 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1922.72 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz ogółem: 25.31 g; Węglowodany ogółem: 287.19 g; Kw. tł. nasycone: 9.52 g; Sól: 4.22 g; Sód: 1070.56 mg; Błonnik: 17.47 g; W tym cukry: 40.62 g; WW: 28.95 Por; Potas: 3099.93 mg; Wapń: 372.22 mg; Fosfor: 1032.51 mg; Żelazo: 6.73 mg; Magnez: 212.69 mg;

sobota 2025-06-28			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,			Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Mizeria 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 50g (<i>MLE</i>), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1973.06 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz ogółem: 31.25 g; Węglowodany ogółem: 317.99 g; Kw. tł. nasycone: 10.66 g; Sól: 4.44 g; Sód: 1162.29 mg; Błonnik: 20.52 g; W tym cukry: 65.07 g; WW: 32.08 Por; Potas: 3449.69 mg; Wapń: 574.55 mg; Fosfor: 1129.39 mg; Żelazo: 7.47 mg; Magnez: 233.49 mg;

sobota 2025-06-28			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Cykorja 10g , Herbata b/c 250ml ,			Podwieczorek: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1772.58 kcal; Białko ogółem: 97.37 g; Tłuszcz ogółem: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 255.14 g; Kw. tł. nasycone: 9.51 g; Sól: 7.50 g; Sód: 2020.95 mg; Błonnik: 30.31 g; W tym cukry: 45.47 g; WW: 25.65 Por; Potas: 3360.61 mg; Wapń: 549.90 mg; Fosfor: 1320.12 mg; Żelazo: 9.75 mg; Magnez: 346.02 mg;

sobota 2025-06-28			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka z indykiem 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,			Zupa krupnik ryżowy 300ml (<i>SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Salata z oliwą 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Surówka z marchewki i ananasa z olejem 100g ,
			Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1797.48 kcal; Białko ogółem: 52.52 g; Tłuszcz ogółem: 59.61 g; Węglowodany ogółem: 276.94 g; Kw. tł. nasycone: 9.68 g; Sól: 3.00 g; Sód: 244.02 mg; Błonnik: 26.72 g; W tym cukry: 71.21 g; WW: 27.98 Por; Potas: 3452.99 mg; Wapń: 158.12 mg; Fosfor: 617.41 mg; Żelazo: 5.75 mg; Magnez: 216.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-06-29 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 60g , Papryka konserwowa 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2484.50 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz ogółem: 53.65 g; Węglowodany ogółem: 319.73 g; Kw. tł. nasycone: 14.73 g; Sól: 6.97 g; Sód: 1760.44 mg; Błonnik: 39.49 g; W tym cukry: 65.48 g; WW: 31.94 Por; Potas: 2977.94 mg; Wapń: 689.42 mg; Fosfor: 1309.52 mg; Żelazo: 11.30 mg; Magnez: 273.01 mg;

niedziela 2025-06-29 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i> , <i>MCK</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Papryka konserwowa 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2117.96 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz ogółem: 49.13 g; Węglowodany ogółem: 267.59 g; Kw. tł. nasycone: 12.50 g; Sól: 6.88 g; Sód: 1790.98 mg; Błonnik: 39.51 g; W tym cukry: 40.99 g; WW: 26.73 Por; Potas: 3118.85 mg; Wapń: 703.84 mg; Fosfor: 1402.31 mg; Żelazo: 12.44 mg; Magnez: 310.08 mg;

niedziela 2025-06-29 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.52 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz ogółem: 40.58 g; Węglowodany ogółem: 313.13 g; Kw. tł. nasycone: 10.99 g; Sól: 6.04 g; Sód: 1148.80 mg; Błonnik: 25.78 g; W tym cukry: 47.26 g; WW: 31.58 Por; Potas: 2647.95 mg; Wapń: 501.83 mg; Fosfor: 937.16 mg; Żelazo: 9.26 mg; Magnez: 205.71 mg;

niedziela 2025-06-29 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.24 kcal; Białko ogółem: 98.22 g; Tłuszcz ogółem: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 294.59 g; Kw. tł. nasycone: 8.82 g; Sól: 6.03 g; Sód: 1148.80 mg; Błonnik: 25.78 g; W tym cukry: 47.26 g; WW: 29.68 Por; Potas: 2647.95 mg; Wapń: 501.83 mg; Fosfor: 937.16 mg; Żelazo: 9.26 mg; Magnez: 205.71 mg;

niedziela 2025-06-29 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 80g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią indyczą 40g , Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1884.71 kcal; Białko ogółem: 58.73 g; Tłuszcz ogółem: 39.83 g; Węglowodany ogółem: 285.31 g; Kw. tł. nasycone: 8.84 g; Sól: 2.59 g; Sód: 280.84 mg; Błonnik: 29.06 g; W tym cukry: 32.15 g; WW: 28.72 Por; Potas: 1978.25 mg; Wapń: 200.43 mg; Fosfor: 510.04 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 135.83 mg;

niedziela 2025-06-29 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem z masłem, miodem i got. owocem (mix g.budyniu) 300ml (<i>MLE</i>),	Płynna obiadowa 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Herbata b/c 250ml , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyniu) 100ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),	Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2080.54 kcal; Białko ogółem: 95.72 g; Tłuszcz ogółem: 60.56 g; Węglowodany ogółem: 282.83 g; Kw. tł. nasycone: 18.07 g; Sól: 1.43 g; Sód: 501.96 mg; Błonnik: 17.25 g; W tym cukry: 83.66 g; WW: 28.57 Por; Potas: 4006.00 mg; Wapń: 693.41 mg; Fosfor: 1356.23 mg; Żelazo: 6.61 mg; Magnez: 270.39 mg;

niedziela 2025-06-29 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g ,	Rosół z makaronem (papka) 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Schab gotowany na parze - rozdrobniony 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna (papka) 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z wędliny z twarogiem 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2015.64 kcal; Białko ogółem: 86.85 g; Tłuszcz ogółem: 38.49 g; Węglowodany ogółem: 292.59 g; Kw. tł. nasycone: 10.82 g; Sól: 3.72 g; Sód: 1140.94 mg; Błonnik: 27.75 g; W tym cukry: 43.25 g; WW: 29.52 Por; Potas: 2568.32 mg; Wapń: 528.46 mg; Fosfor: 1036.02 mg; Żelazo: 8.60 mg; Magnez: 213.16 mg;

niedziela 2025-06-29 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2337.72 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz ogółem: 63.30 g; Węglowodany ogółem: 304.29 g; Kw. tł. nasycone: 24.41 g; Sól: 6.63 g; Sód: 1385.60 mg; Błonnik: 25.50 g; W tym cukry: 48.32 g; WW: 30.64 Por; Potas: 2660.75 mg; Wapń: 530.03 mg; Fosfor: 1006.76 mg; Żelazo: 9.24 mg; Magnez: 208.71 mg;

niedziela 2025-06-29 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>), Buraczki gotowane plastry 50g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka 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>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2034.05 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz ogółem: 40.40 g; Węglowodany ogółem: 288.72 g; Kw. tł. nasycone: 9.29 g; Sól: 5.92 g; Sód: 1104.09 mg; Błonnik: 19.86 g; W tym cukry: 39.96 g; WW: 29.02 Por; Potas: 1980.96 mg; Wapń: 415.02 mg; Fosfor: 847.96 mg; Żelazo: 7.02 mg; Magnez: 166.34 mg;

niedziela 2025-06-29 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Rosół z makaronem b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2015.19 kcal; Białko ogółem: 66.13 g; Tłuszcz ogółem: 40.73 g; Węglowodany ogółem: 306.76 g; Kw. tł. nasycone: 8.16 g; Sól: 2.76 g; Sód: 300.80 mg; Błonnik: 25.66 g; W tym cukry: 32.07 g; WW: 30.83 Por; Potas: 2143.78 mg; Wapń: 216.96 mg; Fosfor: 572.82 mg; Żelazo: 6.90 mg; Magnez: 131.24 mg;

niedziela 2025-06-29 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>), Buraczki gotowane plastry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z białej fasoli 60g , Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 10g ,
II Śniadanie: Bułka pszenna krojona 30g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 1szt 1szt , Polędwica miodowa drobiowa 30g , Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Sok owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2255.81 kcal; Białko ogółem: 86.28 g; Tłuszcz ogółem: 62.13 g; Węglowodany ogółem: 326.12 g; Kw. tł. nasycone: 11.91 g; Sól: 6.14 g; Sód: 1180.77 mg; Błonnik: 29.07 g; W tym cukry: 35.47 g; WW: 32.98 Por; Potas: 2396.19 mg; Wapń: 248.45 mg; Fosfor: 736.57 mg; Żelazo: 9.74 mg; Magnez: 187.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-06-29			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>), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka biała 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Leczo warzywne z groszkiem (włoszczyzna) 150g (<i>GLU, SEL</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 60g , Pomidor 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2240.98 kcal; Białko ogółem: 65.67 g; Tłuszcz ogółem: 50.29 g; Węglowodany ogółem: 323.36 g; Kw. tł. nasycone: 14.19 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1646.92 mg; Błonnik: 46.05 g; W tym cukry: 57.03 g; WW: 32.39 Por; Potas: 3011.06 mg; Wapń: 905.81 mg; Fosfor: 1183.24 mg; Żelazo: 11.18 mg; Magnez: 281.06 mg;

niedziela 2025-06-29			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Herbata b/c 250ml , Płynna śniadaniowa b/ml 500ml (<i>GLU, JAJ</i>),		Płynna obiadowa b/ml 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	
II Śniadanie: Budyń na wodzie 200ml ,		Podwieczorek: Ryż z jabłkiem i cynamonem mix 300g (<i>SO2</i>),	
		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2044.41 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz ogółem: 59.47 g; Węglowodany ogółem: 300.38 g; Kw. tł. nasycone: 5.28 g; Sól: 0.84 g; Sód: 293.88 mg; Błonnik: 19.72 g; W tym cukry: 44.18 g; WW: 30.29 Por; Potas: 3357.55 mg; Wapń: 150.41 mg; Fosfor: 1021.58 mg; Żelazo: 6.61 mg; Magnez: 224.79 mg;

niedziela 2025-06-29			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,		Rosół z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna b/soli 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna b/soli 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2102.37 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz ogółem: 38.13 g; Węglowodany ogółem: 315.11 g; Kw. tł. nasycone: 11.28 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1148.41 mg; Błonnik: 25.78 g; W tym cukry: 47.13 g; WW: 31.77 Por; Potas: 2647.95 mg; Wapń: 501.83 mg; Fosfor: 937.16 mg; Żelazo: 9.26 mg; Magnez: 205.70 mg;

niedziela 2025-06-29			Jadłospis dla diety: U. Ł. z ogr.sub pob. wydz. soku żołądkowych
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),	
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2066.12 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz ogółem: 39.76 g; Węglowodany ogółem: 313.04 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 6.03 g; Sód: 1148.80 mg; Błonnik: 25.78 g; W tym cukry: 47.26 g; WW: 31.58 Por; Potas: 2647.95 mg; Wapń: 501.83 mg; Fosfor: 937.16 mg; Żelazo: 9.26 mg; Magnez: 205.71 mg;

niedziela 2025-06-29			Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowo - wątrobowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane plastry 100g ,		Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Kasza jęczmienna 200g (<i>GLU</i>), Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Chleb graham 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Herbata b/c 250ml ,		Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.04 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz ogółem: 58.79 g; Węglowodany ogółem: 290.00 g; Kw. tł. nasycone: 19.72 g; Sól: 6.93 g; Sód: 1506.83 mg; Błonnik: 36.25 g; W tym cukry: 48.04 g; WW: 29.16 Por; Potas: 3320.74 mg; Wapń: 592.75 mg; Fosfor: 1289.97 mg; Żelazo: 13.15 mg; Magnez: 327.75 mg;

niedziela 2025-06-29			Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa bezmleczna
Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka z indykiem 40g (<i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,		Rosół z makaronem b/glu 300ml (<i>SEL</i>), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ryż na sytko 200g , Sos własny b/glu 60ml , Marchewka gotowana na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	
		Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Rama bezmleczna 1szt 2szt , Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g , Salata masłowa 10g ,	
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 1941.17 kcal; Białko ogółem: 61.47 g; Tłuszcz ogółem: 59.14 g; Węglowodany ogółem: 301.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.87 g; Sól: 2.57 g; Sód: 300.80 mg; Błonnik: 25.66 g; W tym cukry: 31.98 g; WW: 30.33 Por; Potas: 2143.78 mg; Wapń: 216.96 mg; Fosfor: 572.82 mg; Żelazo: 6.90 mg; Magnez: 131.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów