

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-22 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż brązowy na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Mus z truskawek 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Sałatka ryżowa z brokułem i kukurydzą z olejem 200g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , 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: 1993.50 kcal; Białko ogółem: 65.76 g; Tłuszcz ogółem: 47.36 g; Węglowodany ogółem: 311.49 g; Kw. tł. nasycone: 12.43 g; Sól: 5.53 g; Sód: 1559.30 mg; Błonnik: 38.96 g; W tym cukry: 47.44 g; WW: 31.24 Por; Potas: 3107.58 mg; Wapń: 666.95 mg; Fosfor: 1285.15 mg; Żelazo: 10.90 mg; Magnez: 384.49 mg;

poniedziałek 2025-09-22 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Kielbasa krakowska 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1g ,	Zupa minestrone (cukinia, fasolka szparagowa) z ziemniakami b/ml 300ml , Ryż na sypko 200g , Jogurt naturalny 100ml (<i>MLE</i>), Mus z truskawek 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2163.48 kcal; Białko ogółem: 64.44 g; Tłuszcz ogółem: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 361.64 g; Kw. tł. nasycone: 12.88 g; Sól: 6.37 g; Sód: 1665.65 mg; Błonnik: 17.53 g; W tym cukry: 89.15 g; WW: 36.36 Por; Potas: 3062.23 mg; Wapń: 583.04 mg; Fosfor: 862.81 mg; Żelazo: 7.56 mg; Magnez: 271.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-09-23 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopočka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1896.89 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz ogółem: 39.53 g; Węglowodany ogółem: 276.98 g; Kw. tł. nasycone: 11.01 g; Sól: 5.23 g; Sód: 1327.06 mg; Błonnik: 35.86 g; W tym cukry: 71.90 g; WW: 27.77 Por; Potas: 4574.00 mg; Wapń: 725.25 mg; Fosfor: 1379.08 mg; Żelazo: 13.04 mg; Magnez: 354.81 mg;

wtorek 2025-09-23 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>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Cykoria 10g , Banan 1szt ,	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g , Gulasz mięsny drobiowy z papryką (mięso 100g, sos 80g) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Biskopky 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2327.97 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; Tłuszcz ogółem: 43.13 g; Węglowodany ogółem: 342.79 g; Kw. tł. nasycone: 12.18 g; Sól: 5.92 g; Sód: 1817.83 mg; Błonnik: 24.99 g; W tym cukry: 91.33 g; WW: 34.65 Por; Potas: 4047.62 mg; Wapń: 274.70 mg; Fosfor: 821.49 mg; Żelazo: 9.90 mg; Magnez: 310.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-09-24 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek świeży 90g , Rukola 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z białej i kiszzonej kapusty z kielbasą 300g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Arbuz 150g ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.18 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz ogółem: 71.38 g; Węglowodany ogółem: 244.29 g; Kw. tł. nasycone: 25.39 g; Sól: 8.88 g; Sód: 2265.64 mg; Błonnik: 31.97 g; W tym cukry: 56.53 g; WW: 24.41 Por; Potas: 2955.89 mg; Wapń: 741.97 mg; Fosfor: 1154.01 mg; Żelazo: 9.99 mg; Magnez: 281.36 mg;

środa 2025-09-24 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g , Rukola 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza gryczana 200g , Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos dyniowy 70ml (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pasta warzywna 50g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Arbuz 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.11 kcal; Białko ogółem: 92.80 g; Tłuszcz ogółem: 54.22 g; Węglowodany ogółem: 322.53 g; Kw. tł. nasycone: 12.95 g; Sól: 5.21 g; Sód: 1108.16 mg; Błonnik: 26.67 g; W tym cukry: 71.21 g; WW: 32.44 Por; Potas: 3362.02 mg; Wapń: 556.06 mg; Fosfor: 1142.25 mg; Żelazo: 10.66 mg; Magnez: 337.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-25 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Herbata b/c 250ml , Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , 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: 1662.16 kcal; Białko ogółem: 75.97 g; Tłuszcz ogółem: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 236.56 g; Kw. tł. nasycone: 7.32 g; Sól: 6.88 g; Sód: 2124.77 mg; Błonnik: 35.93 g; W tym cukry: 36.93 g; WW: 23.80 Por; Potas: 3368.95 mg; Wapń: 311.35 mg; Fosfor: 1215.62 mg; Żelazo: 11.99 mg; Magnez: 375.69 mg;

czwartek 2025-09-25 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 wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (<i>RYB, SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Gruszka 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i buraka 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2287.37 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz ogółem: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 359.80 g; Kw. tł. nasycone: 11.42 g; Sól: 3.84 g; Sód: 1149.71 mg; Błonnik: 24.33 g; W tym cukry: 93.19 g; WW: 36.23 Por; Potas: 3664.36 mg; Wapń: 454.97 mg; Fosfor: 1047.50 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 266.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-09-26 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>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Rzodkiewka biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Śliwki 2szt , 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: 1724.80 kcal; Białko ogółem: 87.01 g; Tłuszcz ogółem: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 269.96 g; Kw. tł. nasycone: 10.27 g; Sól: 4.51 g; Sód: 1121.53 mg; Błonnik: 36.52 g; W tym cukry: 62.28 g; WW: 27.10 Por; Potas: 4000.04 mg; Wapń: 519.39 mg; Fosfor: 1153.39 mg; Żelazo: 11.69 mg; Magnez: 334.52 mg;

piątek 2025-09-26 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Salátka z pomidora b/s z zieleniną i olejem b/cebuli 100g , Arbuz 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (<i>RYB</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser mozzarella 30g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Galaretką z owocami 200g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.40 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz ogółem: 37.57 g; Węglowodany ogółem: 297.74 g; Kw. tł. nasycone: 12.71 g; Sól: 3.85 g; Sód: 936.05 mg; Błonnik: 16.47 g; W tym cukry: 47.92 g; WW: 29.98 Por; Potas: 3588.50 mg; Wapń: 362.08 mg; Fosfor: 760.98 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 206.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-09-27 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Szyńka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Pomidor 90g , Cykorja 10g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet mielony smażony 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1910.81 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz ogółem: 56.30 g; Węglowodany ogółem: 243.55 g; Kw. tł. nasycone: 16.72 g; Sól: 8.10 g; Sód: 2372.74 mg; Błonnik: 30.85 g; W tym cukry: 49.23 g; WW: 24.51 Por; Potas: 4298.66 mg; Wapń: 1036.92 mg; Fosfor: 1428.71 mg; Żelazo: 13.90 mg; Magnez: 398.50 mg;

sobota 2025-09-27 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>), Szyńka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Arbuz 100g , Rukola 10g ,	Zupa krem z zielonych warzyw (niezabielany) 300ml (<i>SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Sos koperkowy 60ml (<i>GLU</i>), Salátka z buraków i jabłka z olejem 100g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Sok przecierowy 100% 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2142.12 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz ogółem: 42.80 g; Węglowodany ogółem: 303.09 g; Kw. tł. nasycone: 12.25 g; Sól: 5.76 g; Sód: 1164.95 mg; Błonnik: 21.39 g; W tym cukry: 52.27 g; WW: 30.62 Por; Potas: 3781.04 mg; Wapń: 566.42 mg; Fosfor: 1003.90 mg; Żelazo: 11.04 mg; Magnez: 246.10 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-09-28 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 40g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 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>), Twarożek z koperkiem 50g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), 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: 1760.78 kcal; Białko ogółem: 76.53 g; Tłuszcz ogółem: 43.91 g; Węglowodany ogółem: 250.67 g; Kw. tł. nasycone: 11.52 g; Sól: 5.18 g; Sód: 1359.29 mg; Błonnik: 37.97 g; W tym cukry: 60.58 g; WW: 25.12 Por; Potas: 4003.65 mg; Wapń: 714.70 mg; Fosfor: 1317.38 mg; Żelazo: 11.13 mg; Magnez: 314.14 mg;

niedziela 2025-09-28 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 80g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Marchewka duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek z koperkiem 60g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Surówka z marchewki i z pomarańczy z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2099.22 kcal; Białko ogółem: 69.17 g; Tłuszcz ogółem: 46.15 g; Węglowodany ogółem: 313.46 g; Kw. tł. nasycone: 12.34 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1168.31 mg; Błonnik: 24.12 g; W tym cukry: 50.51 g; WW: 31.57 Por; Potas: 3229.21 mg; Wapń: 450.25 mg; Fosfor: 921.01 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 203.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-29 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 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1958.69 kcal; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz ogółem: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 307.06 g; Kw. tł. nasycone: 12.22 g; Sól: 7.08 g; Sód: 1997.12 mg; Błonnik: 36.49 g; W tym cukry: 65.00 g; WW: 30.78 Por; Potas: 3766.28 mg; Wapń: 735.62 mg; Fosfor: 1534.73 mg; Żelazo: 12.32 mg; Magnez: 370.57 mg;

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry 100g , Arbuz 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż na sypko 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta warzywna 50g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Koktajl warzywny 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.91 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz ogółem: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 344.97 g; Kw. tł. nasycone: 8.97 g; Sól: 8.29 g; Sód: 1820.81 mg; Błonnik: 24.49 g; W tym cukry: 55.68 g; WW: 34.76 Por; Potas: 3199.93 mg; Wapń: 431.85 mg; Fosfor: 999.47 mg; Żelazo: 9.76 mg; Magnez: 249.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Szyńka delikatesowa drobiowa 20g , Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa kapuśniak z mieszanej kapusty z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,
II Śniadanie: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml ,	Podwieczorek: Arbuz 150g , Herbata b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1923.19 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz ogółem: 52.57 g; Węglowodany ogółem: 244.69 g; Kw. tł. nasycone: 16.37 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2151.85 mg; Błonnik: 32.26 g; W tym cukry: 51.77 g; WW: 24.44 Por; Potas: 3588.58 mg; Wapń: 1034.88 mg; Fosfor: 1626.03 mg; Żelazo: 11.51 mg; Magnez: 338.62 mg;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szyńka złocista 40g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 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>), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z zieleniną 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 90g , Cykoria 10g , Biszkopty 30g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i> , <i>SEZ</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2305.78 kcal; Białko ogółem: 82.96 g; Tłuszcz ogółem: 47.78 g; Węglowodany ogółem: 332.51 g; Kw. tł. nasycone: 11.09 g; Sól: 3.40 g; Sód: 1085.72 mg; Błonnik: 22.35 g; W tym cukry: 71.81 g; WW: 33.59 Por; Potas: 3636.90 mg; Wapń: 386.49 mg; Fosfor: 1025.90 mg; Żelazo: 9.14 mg; Magnez: 274.71 mg;