

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka kajzerka 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka hetmańska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 70ml (<i>GLU</i>), Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Ogórek świeży 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml , Sok warzywny 300ml 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2000.52 kcal; Białko ogółem: 78.79 g; Tłuszcz ogółem: 62.88 g; Węglowodany ogółem: 289.57 g; Kw. tł. nasycone: 13.21 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1177.84 mg; Błonnik: 30.89 g; W tym cukry: 73.09 g; WW: 29.22 Por; Potas: 3915.86 mg; Wapń: 543.34 mg; Fosfor: 1051.10 mg; Żelazo: 9.83 mg; Magnez: 265.20 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka grahamka 1szt (<i>GLU</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka hetmańska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy b/c 250ml , Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>), Sos własny 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g , Polędwica miodowa drobiowa 40g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Koktajl warzywny 200ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Orzechy włoskie 5szt (<i>OZI</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1980.32 kcal; Białko ogółem: 85.00 g; Tłuszcz ogółem: 51.22 g; Węglowodany ogółem: 278.55 g; Kw. tł. nasycone: 12.42 g; Sól: 6.65 g; Sód: 1469.59 mg; Błonnik: 38.08 g; W tym cukry: 59.41 g; WW: 28.09 Por; Potas: 4164.61 mg; Wapń: 550.29 mg; Fosfor: 1318.26 mg; Żelazo: 13.09 mg; Magnez: 362.30 mg;

poniedziałek 2026-09-07 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 , Szynka hetmańska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>), Sos własny 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pasta z jajka z zieleniną 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2054.52 kcal; Białko ogółem: 72.68 g; Tłuszcz ogółem: 64.93 g; Węglowodany ogółem: 311.23 g; Kw. tł. nasycone: 12.94 g; Sól: 7.35 g; Sód: 1783.96 mg; Błonnik: 20.19 g; W tym cukry: 80.01 g; WW: 31.53 Por; Potas: 3889.65 mg; Wapń: 459.75 mg; Fosfor: 906.86 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 303.50 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
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 , Szynka hetmańska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 70ml (<i>GLU</i>), Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry 50g , Polędwica miodowa drobiowa 40g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1907.22 kcal; Białko ogółem: 77.74 g; Tłuszcz ogółem: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 304.70 g; Kw. tł. nasycone: 10.24 g; Sól: 8.69 g; Sód: 1785.48 mg; Błonnik: 20.46 g; W tym cukry: 81.40 g; WW: 30.89 Por; Potas: 3884.28 mg; Wapń: 461.49 mg; Fosfor: 900.39 mg; Żelazo: 7.93 mg; Magnez: 302.46 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis 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 , Szynka hetmańska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>), Sos własny 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1977.44 kcal; Białko ogółem: 54.04 g; Tłuszcz ogółem: 69.58 g; Węglowodany ogółem: 295.32 g; Kw. tł. nasycone: 13.29 g; Sól: 4.13 g; Sód: 1034.21 mg; Błonnik: 24.09 g; W tym cukry: 77.32 g; WW: 29.85 Por; Potas: 3624.14 mg; Wapń: 442.94 mg; Fosfor: 763.93 mg; Żelazo: 5.68 mg; Magnez: 270.40 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (<i>GLU, MLE</i>),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g.budyniu z musem 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.50 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 0.95 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-09-07 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 (<i>SEL</i>), Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml mix 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki mix 200g, Udko duszone mix 2 szt 200g, Kompot owocowy 250ml, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g ,	Herbata z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (<i>SEL</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2026.83 kcal; Białko ogółem: 86.83 g; Tłuszcz ogółem: 71.90 g; Węglowodany ogółem: 275.38 g; Kw. tł. nasycone: 15.10 g; Sól: 3.74 g; Sód: 1281.07 mg; Błonnik: 23.30 g; W tym cukry: 45.56 g; WW: 27.84 Por; Potas: 3834.45 mg; Wapń: 504.03 mg; Fosfor: 1187.34 mg; Żelazo: 8.97 mg; Magnez: 258.12 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
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, Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Szyńka hetmańska 80g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g, Banan 1szt ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g, Udko duszone 2 sztuki 200g, Kompot owocowy 250ml, Sos własny 70ml (<i>GLU</i>), Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>),	Pomidor b/skóry 50g, Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica miodowa drobiowa 60g, Pasta z jajka z zieleniną 80g (<i>JAJ, GOR</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2340.62 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz ogółem: 80.55 g; Węglowodany ogółem: 307.05 g; Kw. tł. nasycone: 17.33 g; Sól: 8.75 g; Sód: 1904.29 mg; Błonnik: 20.50 g; W tym cukry: 83.49 g; WW: 31.09 Por; Potas: 4274.24 mg; Wapń: 547.06 mg; Fosfor: 1274.75 mg; Żelazo: 8.82 mg; Magnez: 332.78 mg;

poniedziałek 2026-09-07 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, Szyńka hetmańska 80g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g, Udko duszone 100g, Kompot owocowy 250ml, Sos własny 70ml (<i>GLU</i>), Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>),	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g, Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.35 kcal; Białko ogółem: 73.46 g; Tłuszcz ogółem: 64.32 g; Węglowodany ogółem: 310.64 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 5.23 g; Sód: 1082.79 mg; Błonnik: 20.00 g; W tym cukry: 80.08 g; WW: 31.36 Por; Potas: 3790.84 mg; Wapń: 445.04 mg; Fosfor: 874.07 mg; Żelazo: 7.58 mg; Magnez: 260.04 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g, Udko duszone 100g, Kompot owocowy 250ml, Marchewka z groszkiem duszona b/mąki 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Miód sztukowy 25g 1szt, Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1865.25 kcal; Białko ogółem: 55.69 g; Tłuszcz ogółem: 63.64 g; Węglowodany ogółem: 277.85 g; Kw. tł. nasycone: 10.30 g; Sól: 2.89 g; Sód: 961.18 mg; Błonnik: 23.51 g; W tym cukry: 62.53 g; WW: 28.08 Por; Potas: 3403.32 mg; Wapń: 210.89 mg; Fosfor: 709.62 mg; Żelazo: 5.63 mg; Magnez: 243.75 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (<i>SOJ</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 2x10 g 20g, Dżem szt - 25g 1szt, Szyńka hetmańska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g, Udko duszone 100g, Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml, Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>), Sos własny 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 2x10 g 20g, Pasta z jajka z zieleniną 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Połędwica miodowa drobiowa 40g, Ogórek świeży 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt, Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.88 kcal; Białko ogółem: 69.95 g; Tłuszcz ogółem: 61.83 g; Węglowodany ogółem: 287.38 g; Kw. tł. nasycone: 14.94 g; Sól: 6.24 g; Sód: 1185.03 mg; Błonnik: 36.32 g; W tym cukry: 52.61 g; WW: 28.97 Por; Potas: 3641.13 mg; Wapń: 219.63 mg; Fosfor: 891.91 mg; Żelazo: 10.73 mg; Magnez: 266.90 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka kajzerka 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g, Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kompot owocowy 250ml, Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>),	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z zieleniną 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g, Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2155.91 kcal; Białko ogółem: 70.07 g; Tłuszcz ogółem: 63.47 g; Węglowodany ogółem: 339.33 g; Kw. tł. nasycone: 12.17 g; Sól: 3.27 g; Sód: 946.51 mg; Błonnik: 33.77 g; W tym cukry: 89.89 g; WW: 34.30 Por; Potas: 3989.63 mg; Wapń: 563.71 mg; Fosfor: 974.74 mg; Żelazo: 9.14 mg; Magnez: 299.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-09-07		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
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 , Szynka hetmańska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor 100g , Banan 1szt ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 70ml (<i>GLU</i>), Marchewka z groszkiem duszona 100g (<i>GLU</i>),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pasta z jajka z zielenią b/soli 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2027.86 kcal; Białko ogółem: 66.58 g; Tłuszcz ogółem: 65.71 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; Kw. tł. nasycone: 13.26 g; Sól: 4.73 g; Sód: 712.51 mg; Błonnik: 23.21 g; W tym cukry: 82.42 g; WW: 31.05 Por; Potas: 3987.65 mg; Wapń: 439.55 mg; Fosfor: 823.00 mg; Żelazo: 7.02 mg; Magnez: 250.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata owocowa 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Ser mozzarella kulki 30g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony 150g (<i>GLU, MLE</i>), Salátka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczerek: Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2425.78 kcal; Białko ogółem: 107.16 g; Tłuszcz ogółem: 62.86 g; Węglowodany ogółem: 311.10 g; Kw. tł. nasycone: 28.82 g; Sól: 6.10 g; Sód: 1515.05 mg; Błonnik: 36.09 g; W tym cukry: 81.07 g; WW: 31.29 Por; Potas: 4296.68 mg; Wapń: 467.98 mg; Fosfor: 1283.55 mg; Żelazo: 11.18 mg; Magnez: 317.23 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Herbata owocowa 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Ser mozzarella kulki 30g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony 150g (<i>GLU, MLE</i>), Salátka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczerek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 20g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Orzechy włoskie 5szt (<i>OZI</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2131.98 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz ogółem: 46.72 g; Węglowodany ogółem: 257.83 g; Kw. tł. nasycone: 23.66 g; Sól: 5.86 g; Sód: 1460.15 mg; Błonnik: 37.84 g; W tym cukry: 49.55 g; WW: 25.97 Por; Potas: 4253.38 mg; Wapń: 305.68 mg; Fosfor: 1309.45 mg; Żelazo: 12.57 mg; Magnez: 357.83 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Salata masłowa 20g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Salátka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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 ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2141.82 kcal; Białko ogółem: 85.05 g; Tłuszcz ogółem: 43.83 g; Węglowodany ogółem: 320.76 g; Kw. tł. nasycone: 22.22 g; Sól: 4.92 g; Sód: 1273.18 mg; Błonnik: 22.35 g; W tym cukry: 87.54 g; WW: 32.46 Por; Potas: 4195.88 mg; Wapń: 387.38 mg; Fosfor: 952.50 mg; Żelazo: 8.65 mg; Magnez: 279.92 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Salata masłowa 20g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Salátka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 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 ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.42 kcal; Białko ogółem: 86.09 g; Tłuszcz ogółem: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 310.88 g; Kw. tł. nasycone: 20.07 g; Sól: 4.91 g; Sód: 1273.18 mg; Błonnik: 22.35 g; W tym cukry: 87.54 g; WW: 31.46 Por; Potas: 4195.88 mg; Wapń: 387.38 mg; Fosfor: 952.50 mg; Żelazo: 8.65 mg; Magnez: 279.92 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata owocowa 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Salátka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Salata masłowa 20g , Banan 1szt ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1854.24 kcal; Białko ogółem: 55.29 g; Tłuszcz ogółem: 46.48 g; Węglowodany ogółem: 274.70 g; Kw. tł. nasycone: 17.21 g; Sól: 1.91 g; Sód: 426.79 mg; Błonnik: 26.01 g; W tym cukry: 81.17 g; WW: 27.75 Por; Potas: 3899.16 mg; Wapń: 187.81 mg; Fosfor: 670.92 mg; Żelazo: 6.95 mg; Magnez: 232.01 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Herbata owocowa 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z mussem 200ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g. budyniu z mussem 200ml (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
---	---	--

Wartości odżywcze: Kcal: 1433.25 kcal; Białko ogółem: 64.79 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 202.48 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 0.92 g; Sód: 285.25 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 37.11 g; WW: 20.45 Por; Potas: 2638.85 mg; Wapń: 429.10 mg; Fosfor: 973.30 mg; Żelazo: 6.12 mg; Magnez: 213.76 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ziemniaki z pietruszką (papka) 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze papka 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Masło 15g (MLE), Pasta z buraczków gotowanych 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1966.67 kcal; Białko ogółem: 69.62 g; Tłuszcz ogółem: 52.62 g; Węglowodany ogółem: 284.72 g; Kw. tł. nasycone: 24.61 g; Sól: 3.52 g; Sód: 1267.13 mg; Błonnik: 21.20 g; W tym cukry: 48.59 g; WW: 28.78 Por; Potas: 3388.78 mg; Wapń: 397.81 mg; Fosfor: 914.54 mg; Żelazo: 8.14 mg; Magnez: 223.41 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Serek kanapkowy 50g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Salátka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Salata masłowa 20g , Arbuz 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2251.99 kcal; Białko ogółem: 94.88 g; Tłuszcz ogółem: 48.02 g; Węglowodany ogółem: 290.85 g; Kw. tł. nasycone: 33.26 g; Sól: 6.41 g; Sód: 1488.89 mg; Błonnik: 20.28 g; W tym cukry: 61.91 g; WW: 29.30 Por; Potas: 3714.26 mg; Wapń: 424.81 mg; Fosfor: 990.72 mg; Żelazo: 8.82 mg; Magnez: 226.81 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Serek kanapkowy 50g (MLE), Buraczki gotowane 50g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Salátka z buraczków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Salata masłowa 20g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2047.65 kcal; Białko ogółem: 79.42 g; Tłuszcz ogółem: 44.47 g; Węglowodany ogółem: 268.65 g; Kw. tł. nasycone: 30.00 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1427.28 mg; Błonnik: 17.46 g; W tym cukry: 45.91 g; WW: 27.10 Por; Potas: 3122.51 mg; Wapń: 391.16 mg; Fosfor: 937.28 mg; Żelazo: 7.51 mg; Magnez: 209.27 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata owocowa 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Salátka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2106.35 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz ogółem: 52.20 g; Węglowodany ogółem: 285.57 g; Kw. tł. nasycone: 20.83 g; Sól: 1.87 g; Sód: 595.93 mg; Błonnik: 24.54 g; W tym cukry: 52.87 g; WW: 28.75 Por; Potas: 3958.22 mg; Wapń: 366.51 mg; Fosfor: 1034.86 mg; Żelazo: 6.98 mg; Magnez: 224.31 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ), Herbata owocowa 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Szynka delikatna z fileta 80g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (SEL, S02), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Salátka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (JAJ), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2068.72 kcal; Białko ogółem: 100.52 g; Tłuszcz ogółem: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 289.95 g; Kw. tł. nasycone: 13.07 g; Sól: 6.86 g; Sód: 1112.09 mg; Błonnik: 34.69 g; W tym cukry: 66.67 g; WW: 29.17 Por; Potas: 3890.57 mg; Wapń: 216.54 mg; Fosfor: 1024.42 mg; Żelazo: 10.77 mg; Magnez: 279.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-09-08			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata owocowa 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (GLU, JAJ), Salátka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka czerwona 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.29 kcal; Białko ogółem: 58.33 g; Tłuszcz ogółem: 61.65 g; Węglowodany ogółem: 315.37 g; Kw. tł. nasycone: 25.17 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1736.16 mg; Błonnik: 34.56 g; W tym cukry: 57.95 g; WW: 31.80 Por; Potas: 3657.64 mg; Wapń: 770.19 mg; Fosfor: 1084.00 mg; Żelazo: 10.86 mg; Magnez: 273.60 mg;

wtorek 2026-09-08			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata owocowa 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Buraczki gotowane 100g ,		Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ziemniaki z pietruszką b/soli 200g , Kurczak w sosie curry duszony 150g (GLU, MLE), Salátka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),	
				Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 20g ,	

Wartości odżywcze: Kcal: 2233.07 kcal; Białko ogółem: 88.70 g; Tłuszcz ogółem: 63.11 g; Węglowodany ogółem: 298.04 g; Kw. tł. nasycone: 23.08 g; Sól: 3.33 g; Sód: 577.96 mg; Błonnik: 26.89 g; W tym cukry: 59.76 g; WW: 30.09 Por; Potas: 3964.84 mg; Wapń: 414.26 mg; Fosfor: 933.44 mg; Żelazo: 8.43 mg; Magnez: 224.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa 50g (MLE), Papryka świeża 100g, Pasztet pieczony drobiowy 50g (GLU, SOJ, MLE),	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Kalafior gotowany na parze 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb razowy 50g (GLU), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 50g (JAJ, RYB, GOR), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 20g (SOJ, MLE, SEL), Ogórek kiszony 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Gruszka 1szt,	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml, Ciasto drożdżowe 50g (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2396.39 kcal; Białko ogółem: 95.92 g; Tłuszcz ogółem: 83.30 g; Węglowodany ogółem: 323.72 g; Kw. tł. nasycone: 19.85 g; Sól: 7.31 g; Sód: 2373.64 mg; Błonnik: 32.00 g; W tym cukry: 83.36 g; WW: 32.50 Por; Potas: 3442.06 mg; Wapń: 706.32 mg; Fosfor: 1305.57 mg; Żelazo: 10.72 mg; Magnez: 335.57 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasztet pieczony drobiowy 50g (GLU, SOJ, MLE), Pasta twarogowa 30g (MLE), Papryka świeża 100g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU, MCK), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Kalafior gotowany na parze 100g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (JAJ, RYB, GOR), Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka złocista 20g (SOJ, MLE, SEL), Ogórek kiszony 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml, Gruszka 1szt,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 20g (MLE), Sok warzywny 300ml 1szt,	Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2464.41 kcal; Białko ogółem: 110.88 g; Tłuszcz ogółem: 76.96 g; Węglowodany ogółem: 294.46 g; Kw. tł. nasycone: 23.02 g; Sól: 8.50 g; Sód: 2891.50 mg; Błonnik: 37.32 g; W tym cukry: 67.13 g; WW: 29.65 Por; Potas: 3873.62 mg; Wapń: 895.05 mg; Fosfor: 1536.72 mg; Żelazo: 12.73 mg; Magnez: 411.01 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Polędwica sopočka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Banan 1szt, Sałata masłowa 10g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Kalafior gotowany na parze 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z makreli 60g (JAJ, RYB, GOR), Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2347.15 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz ogółem: 71.75 g; Węglowodany ogółem: 343.55 g; Kw. tł. nasycone: 14.50 g; Sól: 6.35 g; Sód: 1592.38 mg; Błonnik: 21.09 g; W tym cukry: 80.54 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3636.00 mg; Wapń: 443.62 mg; Fosfor: 928.30 mg; Żelazo: 8.89 mg; Magnez: 265.49 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Zupa ml. z płatkami kukurydzianymi 300ml (MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Polędwica sopočka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Banan 1szt, Sałata masłowa 10g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Kalafior gotowany na parze 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z makreli 60g (JAJ, RYB, GOR), Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2294.69 kcal; Białko ogółem: 96.06 g; Tłuszcz ogółem: 47.93 g; Węglowodany ogółem: 351.57 g; Kw. tł. nasycone: 11.39 g; Sól: 7.12 g; Sód: 1904.30 mg; Błonnik: 22.84 g; W tym cukry: 77.49 g; WW: 35.53 Por; Potas: 3447.92 mg; Wapń: 345.50 mg; Fosfor: 812.66 mg; Żelazo: 8.60 mg; Magnez: 238.49 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa 80g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Banan 1szt, Sałata masłowa 10g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Kalafior gotowany na parze 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (JAJ, RYB, GOR), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 2115.61 kcal; Białko ogółem: 64.59 g; Tłuszcz ogółem: 70.91 g; Węglowodany ogółem: 315.58 g; Kw. tł. nasycone: 11.67 g; Sól: 2.23 g; Sód: 737.67 mg; Błonnik: 27.61 g; W tym cukry: 69.44 g; WW: 31.83 Por; Potas: 3059.96 mg; Wapń: 248.02 mg; Fosfor: 700.80 mg; Żelazo: 6.40 mg; Magnez: 202.63 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Herbata czarna b/c 250ml, Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (JAJ, MLE, SEL), Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.50 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 0.95 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z mięsa drobiowego 80g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki (mix) 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Kalafor gotowany na parze mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 100g (JAJ, RYB, GOR), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2329.71 kcal; Białko ogółem: 96.26 g; Tłuszcz ogółem: 81.88 g; Węglowodany ogółem: 318.77 g; Kw. tł. nasycone: 16.54 g; Sól: 5.60 g; Sód: 2011.78 mg; Błonnik: 24.81 g; W tym cukry: 57.80 g; WW: 32.14 Por; Potas: 3465.96 mg; Wapń: 540.68 mg; Fosfor: 1160.80 mg; Żelazo: 9.89 mg; Magnez: 259.83 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka wiewprzowa 30g (SOJ, MLE), Banan 1szt , Salata maslowa 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Kalafor gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 70g (JAJ, RYB, GOR), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 40g (SOJ, MLE, SEL), Szynka z indykem 60g (SOJ), Pasta warzywna 100g (SEL), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2408.30 kcal; Białko ogółem: 101.53 g; Tłuszcz ogółem: 75.46 g; Węglowodany ogółem: 339.12 g; Kw. tł. nasycone: 15.34 g; Sól: 7.09 g; Sód: 1689.64 mg; Błonnik: 24.06 g; W tym cukry: 88.59 g; WW: 34.22 Por; Potas: 3807.30 mg; Wapń: 632.49 mg; Fosfor: 1059.54 mg; Żelazo: 9.26 mg; Magnez: 293.37 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa 80g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt , Salata maslowa 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (JAJ, RYB, GOR), Szynka złociста 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2422.85 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz ogółem: 71.73 g; Węglowodany ogółem: 353.38 g; Kw. tł. nasycone: 14.33 g; Sól: 4.22 g; Sód: 1532.02 mg; Błonnik: 19.50 g; W tym cukry: 79.82 g; WW: 35.60 Por; Potas: 3343.69 mg; Wapń: 520.28 mg; Fosfor: 1050.69 mg; Żelazo: 8.21 mg; Magnez: 262.92 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Banan 1szt , Salata maslowa 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Makaron bezglutenowy 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Kalafor gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (JAJ, RYB, GOR), Szynka złociста 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2225.87 kcal; Białko ogółem: 82.96 g; Tłuszcz ogółem: 72.81 g; Węglowodany ogółem: 318.97 g; Kw. tł. nasycone: 10.61 g; Sól: 2.34 g; Sód: 759.47 mg; Błonnik: 24.64 g; W tym cukry: 66.14 g; WW: 32.15 Por; Potas: 3341.68 mg; Wapń: 176.44 mg; Fosfor: 777.94 mg; Żelazo: 6.64 mg; Magnez: 229.49 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica drobiowa 60g (GLU, SOJ, MLE), Papryka świeża 100g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Kalafor gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (JAJ, RYB, GOR), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (JAJ, RYB, GOR), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy (150g) 1szt (SOJ), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2146.39 kcal; Białko ogółem: 77.32 g; Tłuszcz ogółem: 80.75 g; Węglowodany ogółem: 293.26 g; Kw. tł. nasycone: 21.94 g; Sól: 8.72 g; Sód: 2660.82 mg; Błonnik: 31.20 g; W tym cukry: 54.40 g; WW: 29.50 Por; Potas: 2848.24 mg; Wapń: 211.91 mg; Fosfor: 893.93 mg; Żelazo: 9.90 mg; Magnez: 279.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-09-09		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Banan 1szt, Sałata masłowa 10g, Serek kanapkowy 60g (MLE),	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Potrawka warzywna z ciecierzycą i groszkiem 200g (MLE, SEL), Kalafior gotowany na parze 100g, Kompot owocowy 250ml,	Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (JAJ, RYB, GOR), Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb razowy 50g (GLU), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ogórek kiszony 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Jabłko 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.10 kcal; Białko ogółem: 61.99 g; Tłuszcz ogółem: 58.48 g; Węglowodany ogółem: 327.60 g; Kw. tł. nasycone: 26.44 g; Sól: 6.76 g; Sód: 2466.00 mg; Błonnik: 35.12 g; W tym cukry: 93.63 g; WW: 32.94 Por; Potas: 3260.46 mg; Wapń: 512.77 mg; Fosfor: 1001.52 mg; Żelazo: 9.13 mg; Magnez: 338.47 mg;

środa 2026-09-09		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Pasta twarogowa 80g (MLE), Banan 1szt, Sałata masłowa 10g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki b/soli 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp b/soli 200g (GLU, SEL), Kalafior gotowany na parze b/soli 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (JAJ, RYB, GOR), Pomidor b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2334.11 kcal; Białko ogółem: 85.92 g; Tłuszcz ogółem: 78.74 g; Węglowodany ogółem: 330.82 g; Kw. tł. nasycone: 16.59 g; Sól: 2.40 g; Sód: 771.56 mg; Błonnik: 25.02 g; W tym cukry: 80.79 g; WW: 33.38 Por; Potas: 3484.84 mg; Wapń: 492.08 mg; Fosfor: 924.76 mg; Żelazo: 6.75 mg; Magnez: 236.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 10g , Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Udko duszone 100g , Sos pieczeniowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2546.68 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz ogółem: 89.30 g; Węglowodany ogółem: 349.70 g; Kw. tł. nasycone: 23.62 g; Sól: 7.21 g; Sód: 2527.89 mg; Błonnik: 37.76 g; W tym cukry: 79.85 g; WW: 35.12 Por; Potas: 3319.49 mg; Wapń: 852.12 mg; Fosfor: 1616.23 mg; Żelazo: 11.54 mg; Magnez: 385.71 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy b/c 250ml , Udko duszone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Orzechy włoskie 5szt (<i>OZI</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2301.08 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz ogółem: 74.92 g; Węglowodany ogółem: 282.15 g; Kw. tł. nasycone: 23.48 g; Sól: 7.16 g; Sód: 2540.55 mg; Błonnik: 39.61 g; W tym cukry: 48.74 g; WW: 28.35 Por; Potas: 3347.07 mg; Wapń: 903.97 mg; Fosfor: 1749.00 mg; Żelazo: 12.29 mg; Magnez: 425.51 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Sos pieczeniowy 70ml (<i>GLU</i>), Udko duszone 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.35 kcal; Białko ogółem: 76.06 g; Tłuszcz ogółem: 62.79 g; Węglowodany ogółem: 319.41 g; Kw. tł. nasycone: 26.92 g; Sól: 5.99 g; Sód: 2052.50 mg; Błonnik: 18.27 g; W tym cukry: 54.61 g; WW: 32.11 Por; Potas: 2722.39 mg; Wapń: 566.71 mg; Fosfor: 1079.41 mg; Żelazo: 8.00 mg; Magnez: 234.17 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna 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 90g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Udko duszone 100g , Sos pieczeniowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2090.08 kcal; Białko ogółem: 76.07 g; Tłuszcz ogółem: 39.50 g; Węglowodany ogółem: 289.47 g; Kw. tł. nasycone: 24.72 g; Sól: 5.97 g; Sód: 2049.50 mg; Błonnik: 16.37 g; W tym cukry: 45.91 g; WW: 29.11 Por; Potas: 2539.39 mg; Wapń: 533.71 mg; Fosfor: 1056.41 mg; Żelazo: 7.60 mg; Magnez: 222.17 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Sos pieczeniowy 70ml (<i>GLU</i>), Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 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 ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1786.21 kcal; Białko ogółem: 51.29 g; Tłuszcz ogółem: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 263.21 g; Kw. tł. nasycone: 8.77 g; Sól: 3.96 g; Sód: 954.94 mg; Błonnik: 19.67 g; W tym cukry: 31.60 g; WW: 26.43 Por; Potas: 1961.69 mg; Wapń: 196.90 mg; Fosfor: 657.86 mg; Żelazo: 4.91 mg; Magnez: 150.27 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g. budyniu z musem 200ml (MLE),	
--	--	--

Wartości odżywcze: Kcal: 1299.35 kcal; Białko ogółem: 62.09 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 177.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 0.85 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 17.95 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną mix 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta mięsna z jajkiem 80g (JAJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Udko duszone mix 100g, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalefior, brokuł, marchew) mix 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (MLE), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Mus owocowy 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 1949.50 kcal; Białko ogółem: 80.59 g; Tłuszcz ogółem: 53.63 g; Węglowodany ogółem: 295.20 g; Kw. tł. nasycone: 10.05 g; Sól: 3.56 g; Sód: 1213.14 mg; Błonnik: 22.37 g; W tym cukry: 45.16 g; WW: 29.71 Por; Potas: 2769.61 mg; Wapń: 475.04 mg; Fosfor: 1085.13 mg; Żelazo: 8.70 mg; Magnez: 209.79 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Sałata masłowa 10g, Kefir 150g 1szt (MLE), Pomidor b/skóry 90g, Melon żółty 150g,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml, Udko duszone 100g, Sos pieczeniowy 70ml (GLU),	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 80g (SOJ), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 100g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2313.14 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz ogółem: 70.32 g; Węglowodany ogółem: 316.58 g; Kw. tł. nasycone: 16.82 g; Sól: 7.17 g; Sód: 1940.05 mg; Błonnik: 16.65 g; W tym cukry: 56.61 g; WW: 31.90 Por; Potas: 2895.09 mg; Wapń: 812.57 mg; Fosfor: 1453.54 mg; Żelazo: 8.10 mg; Magnez: 249.41 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 50g (SOJ, MLE), Melon żółty 150g,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Kalefior gotowany na parze 100g, Kompot owocowy 250ml, Udko duszone 100g, Sos pieczeniowy 70ml (GLU),	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1970.28 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz ogółem: 55.93 g; Węglowodany ogółem: 291.13 g; Kw. tł. nasycone: 10.73 g; Sól: 5.65 g; Sód: 1431.23 mg; Błonnik: 13.16 g; W tym cukry: 40.81 g; WW: 29.36 Por; Potas: 2113.21 mg; Wapń: 502.00 mg; Fosfor: 998.01 mg; Żelazo: 6.88 mg; Magnez: 186.40 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna z cukrem 250ml, Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Pomidor b/skóry 100g,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g, Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Sos pieczeniowy 70ml (GLU), Udko duszone 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (MLE), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g, Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1928.32 kcal; Białko ogółem: 80.93 g; Tłuszcz ogółem: 67.06 g; Węglowodany ogółem: 259.50 g; Kw. tł. nasycone: 11.19 g; Sól: 3.10 g; Sód: 1044.03 mg; Błonnik: 19.71 g; W tym cukry: 39.59 g; WW: 26.08 Por; Potas: 2321.68 mg; Wapń: 301.77 mg; Fosfor: 1024.67 mg; Żelazo: 5.46 mg; Magnez: 182.97 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g, Szynka delikatesowa drobiowa 50g, Parówka drobiowa 1 szt 1szt, Ketchup 10g, Ogórek konserwowy 100g, Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml, Udko duszone 100g, Sos pieczeniowy 70ml (GLU),	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g, Pasta z mięsa drobiowego 80g, Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Banan 1szt,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 2433.13 kcal; Białko ogółem: 91.20 g; Tłuszcz ogółem: 81.36 g; Węglowodany ogółem: 347.56 g; Kw. tł. nasycone: 21.00 g; Sól: 7.63 g; Sód: 2088.32 mg; Błonnik: 37.78 g; W tym cukry: 84.98 g; WW: 34.95 Por; Potas: 3677.57 mg; Wapń: 262.68 mg; Fosfor: 1295.05 mg; Żelazo: 11.39 mg; Magnez: 408.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-09-10		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek konserwowy 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i tofu 300g (<i>SOJ, SEL</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1913.78 kcal; Białko ogółem: 65.81 g; Tłuszcz ogółem: 60.23 g; Węglowodany ogółem: 294.28 g; Kw. tł. nasycone: 11.34 g; Sól: 5.68 g; Sód: 1551.89 mg; Błonnik: 28.95 g; W tym cukry: 56.49 g; WW: 29.63 Por; Potas: 2616.41 mg; Wapń: 542.05 mg; Fosfor: 986.29 mg; Żelazo: 8.30 mg; Magnez: 228.63 mg;

czwartek 2026-09-10		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Udko duszone b/soli 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem b/soli 80g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.45 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz ogółem: 66.45 g; Węglowodany ogółem: 304.18 g; Kw. tł. nasycone: 14.76 g; Sól: 2.15 g; Sód: 447.58 mg; Błonnik: 21.69 g; W tym cukry: 52.70 g; WW: 30.65 Por; Potas: 2655.72 mg; Wapń: 587.60 mg; Fosfor: 1036.28 mg; Żelazo: 6.67 mg; Magnez: 163.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Połędwica miodowa drobiowa 30g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Śledź w śmietanie z cebulą, poriem i jabłkiem (WN) 250g (<i>RYB, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2253.68 kcal; Białko ogółem: 76.83 g; Tłuszcz ogółem: 64.44 g; Węglowodany ogółem: 293.98 g; Kw. tł. nasycone: 30.81 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1725.99 mg; Błonnik: 32.38 g; W tym cukry: 77.66 g; WW: 29.57 Por; Potas: 3585.35 mg; Wapń: 554.84 mg; Fosfor: 1025.71 mg; Żelazo: 9.44 mg; Magnez: 278.92 mg;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Połędwica miodowa drobiowa 30g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Śledź w śmietanie z cebulą, poriem i jabłkiem (WN) 250g (<i>RYB, MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 80g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2167.49 kcal; Białko ogółem: 82.84 g; Tłuszcz ogółem: 42.91 g; Węglowodany ogółem: 288.33 g; Kw. tł. nasycone: 30.15 g; Sól: 6.38 g; Sód: 1902.59 mg; Błonnik: 38.76 g; W tym cukry: 77.02 g; WW: 28.92 Por; Potas: 3961.00 mg; Wapń: 649.99 mg; Fosfor: 1228.68 mg; Żelazo: 11.24 mg; Magnez: 339.52 mg;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g , Banan 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2071.71 kcal; Białko ogółem: 74.62 g; Tłuszcz ogółem: 43.94 g; Węglowodany ogółem: 319.10 g; Kw. tł. nasycone: 22.96 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1318.28 mg; Błonnik: 20.85 g; W tym cukry: 78.34 g; WW: 32.28 Por; Potas: 3732.85 mg; Wapń: 392.96 mg; Fosfor: 741.60 mg; Żelazo: 7.51 mg; Magnez: 241.85 mg;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g , Banan 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 40g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1967.31 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz ogółem: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 309.22 g; Kw. tł. nasycone: 20.81 g; Sól: 4.11 g; Sód: 1318.28 mg; Błonnik: 20.85 g; W tym cukry: 78.34 g; WW: 31.28 Por; Potas: 3732.85 mg; Wapń: 392.96 mg; Fosfor: 741.60 mg; Żelazo: 7.51 mg; Magnez: 241.85 mg;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1867.40 kcal; Białko ogółem: 53.73 g; Tłuszcz ogółem: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 290.54 g; Kw. tł. nasycone: 17.42 g; Sól: 1.76 g; Sód: 560.78 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 67.44 g; WW: 29.37 Por; Potas: 3146.95 mg; Wapń: 198.56 mg; Fosfor: 483.40 mg; Żelazo: 4.86 mg; Magnez: 184.65 mg;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musuem 200ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g.budyniu z musuem 200ml (MLE),	
---	---	--

Wartości odżywcze: Kcal: 1335.98 kcal; Białko ogółem: 64.86 g; Tłuszcz ogółem: 40.30 g; Węglowodany ogółem: 184.92 g; Kw. tł. nasycone: 14.57 g; Sól: 0.99 g; Sód: 315.00 mg; Błonnik: 15.91 g; W tym cukry: 29.61 g; WW: 18.74 Por; Potas: 2887.30 mg; Wapń: 466.70 mg; Fosfor: 1009.95 mg; Żelazo: 7.01 mg; Magnez: 230.90 mg;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pasta warzywna 100g (SEL),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) puree 100g (RYB), Ziemniaki puree 200g , Warzywa mix 150g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski mix 60g (MLE), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1947.82 kcal; Białko ogółem: 76.38 g; Tłuszcz ogółem: 44.43 g; Węglowodany ogółem: 280.75 g; Kw. tł. nasycone: 23.14 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1529.90 mg; Błonnik: 26.14 g; W tym cukry: 48.59 g; WW: 28.35 Por; Potas: 3424.87 mg; Wapń: 492.37 mg; Fosfor: 841.28 mg; Żelazo: 8.33 mg; Magnez: 217.69 mg;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 80g , Serek kanapkowy 100g (MLE), Koper 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Serek wiejski 80g (MLE), Połędwica ani drobiowa 80g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2505.01 kcal; Białko ogółem: 122.32 g; Tłuszcz ogółem: 70.22 g; Węglowodany ogółem: 282.55 g; Kw. tł. nasycone: 45.12 g; Sól: 9.80 g; Sód: 2229.16 mg; Błonnik: 17.03 g; W tym cukry: 48.20 g; WW: 28.50 Por; Potas: 3105.45 mg; Wapń: 1084.35 mg; Fosfor: 1226.09 mg; Żelazo: 7.38 mg; Magnez: 212.82 mg;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 80g , Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 80g (MLE), Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1827.01 kcal; Białko ogółem: 77.24 g; Tłuszcz ogółem: 43.70 g; Węglowodany ogółem: 267.08 g; Kw. tł. nasycone: 17.09 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1431.52 mg; Błonnik: 18.18 g; W tym cukry: 44.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 2971.25 mg; Wapń: 432.19 mg; Fosfor: 724.80 mg; Żelazo: 7.81 mg; Magnez: 185.14 mg;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g , Banan 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 80g (MLE), Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1938.06 kcal; Białko ogółem: 63.09 g; Tłuszcz ogółem: 51.41 g; Węglowodany ogółem: 273.61 g; Kw. tł. nasycone: 20.98 g; Sól: 2.53 g; Sód: 651.73 mg; Błonnik: 23.36 g; W tym cukry: 73.04 g; WW: 27.59 Por; Potas: 3215.85 mg; Wapń: 221.01 mg; Fosfor: 514.10 mg; Żelazo: 5.27 mg; Magnez: 189.65 mg;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Połędwica miodowa drobiowa 80g , Jajko got. na twardo kl.M 2szt (JAJ), Ogórek świeży 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Połędwica ani drobiowa 80g (SOJ), Dżem szt - 25g 2szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1768.97 kcal; Białko ogółem: 79.35 g; Tłuszcz ogółem: 45.32 g; Węglowodany ogółem: 284.04 g; Kw. tł. nasycone: 12.17 g; Sól: 7.01 g; Sód: 970.65 mg; Błonnik: 30.94 g; W tym cukry: 53.65 g; WW: 28.67 Por; Potas: 3043.25 mg; Wapń: 171.01 mg; Fosfor: 660.56 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 219.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-09-11		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 80g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1748.68 kcal; Białko ogółem: 71.16 g; Tłuszcz ogółem: 44.74 g; Węglowodany ogółem: 251.95 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1484.70 mg; Błonnik: 26.89 g; W tym cukry: 43.48 g; WW: 25.39 Por; Potas: 3094.75 mg; Wapń: 422.96 mg; Fosfor: 895.76 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 237.01 mg;

piątek 2026-09-11		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Serek wiejski 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1957.43 kcal; Białko ogółem: 66.68 g; Tłuszcz ogółem: 53.13 g; Węglowodany ogółem: 257.05 g; Kw. tł. nasycone: 29.33 g; Sól: 3.23 g; Sód: 785.38 mg; Błonnik: 20.83 g; W tym cukry: 37.78 g; WW: 25.91 Por; Potas: 2634.45 mg; Wapń: 394.96 mg; Fosfor: 626.70 mg; Żelazo: 4.56 mg; Magnez: 141.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Paszтет drobiowy zapiekany 30g, Rzodkiew biała z koperkiem 100g,	Makaron z twarogiem i owocami 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml, Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>),	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Gruszka 1szt,	Podwieczorek: Babka 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2379.81 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz ogółem: 89.11 g; Węglowodany ogółem: 313.70 g; Kw. tł. nasycone: 22.31 g; Sól: 8.06 g; Sód: 2526.59 mg; Błonnik: 30.92 g; W tym cukry: 95.12 g; WW: 31.42 Por; Potas: 2576.60 mg; Wapń: 1117.02 mg; Fosfor: 1376.74 mg; Żelazo: 10.55 mg; Magnez: 279.17 mg;

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiew biała z koperkiem 100g,	Makaron z twarogiem i owocami 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml, Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>),	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml, Jabłko 1szt,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Paszтет drobiowy zapiekany 30g,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2088.17 kcal; Białko ogółem: 88.50 g; Tłuszcz ogółem: 64.80 g; Węglowodany ogółem: 250.47 g; Kw. tł. nasycone: 19.68 g; Sól: 8.90 g; Sód: 2613.59 mg; Błonnik: 32.95 g; W tym cukry: 43.89 g; WW: 25.17 Por; Potas: 2594.55 mg; Wapń: 1049.37 mg; Fosfor: 1401.21 mg; Żelazo: 11.26 mg; Magnez: 306.87 mg;

sobota 2026-09-12 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>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Marchewka gotowana na parze plastry 100g, Babka 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z twarogiem i owocami 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 20g, Pomidor b/skóry z koperkiem 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2142.30 kcal; Białko ogółem: 80.67 g; Tłuszcz ogółem: 69.74 g; Węglowodany ogółem: 304.85 g; Kw. tł. nasycone: 13.35 g; Sól: 5.73 g; Sód: 1112.57 mg; Błonnik: 18.66 g; W tym cukry: 72.59 g; WW: 30.76 Por; Potas: 2277.70 mg; Wapń: 602.07 mg; Fosfor: 935.80 mg; Żelazo: 6.45 mg; Magnez: 157.83 mg;

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt, Marchewka gotowana na parze plastry 100g, Babka 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z twarogiem i owocami 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 20g, Pomidor b/skóry z koperkiem 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1962.87 kcal; Białko ogółem: 80.21 g; Tłuszcz ogółem: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 314.74 g; Kw. tł. nasycone: 10.14 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1112.57 mg; Błonnik: 18.66 g; W tym cukry: 72.52 g; WW: 31.74 Por; Potas: 2277.70 mg; Wapń: 602.07 mg; Fosfor: 935.80 mg; Żelazo: 6.45 mg; Magnez: 157.83 mg;

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 80g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt, Marchewka gotowana na parze 100g, Banan 1szt, Herbata czarna z cukrem 250ml,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z twarogiem i owocami 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Dżem szt- 25g 1szt, Ogórek kiszony 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2117.47 kcal; Białko ogółem: 63.76 g; Tłuszcz ogółem: 72.15 g; Węglowodany ogółem: 313.39 g; Kw. tł. nasycone: 11.34 g; Sól: 5.49 g; Sód: 937.79 mg; Błonnik: 23.87 g; W tym cukry: 75.37 g; WW: 31.72 Por; Potas: 2251.16 mg; Wapń: 318.31 mg; Fosfor: 651.86 mg; Żelazo: 4.02 mg; Magnez: 192.27 mg;

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (<i>MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (<i>GLU, MLE</i>),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g. budyniu z musem 200ml (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.79 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.50 g; Kw. tł. nasycone: 16.11 g; Sól: 0.92 g; Sód: 285.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2638.65 mg; Wapń: 429.00 mg; Fosfor: 973.30 mg; Żelazo: 6.12 mg; Magnez: 213.76 mg;

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z mięsa drobiowego 40g, Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa selerowa z ziemniakami mix 300ml (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml, Makaron z twarogiem i owocami mix 400g (GLU, JAJ, MLE),	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 2035.55 kcal; Białko ogółem: 73.17 g; Tłuszcz ogółem: 67.66 g; Węglowodany ogółem: 291.17 g; Kw. tł. nasycone: 13.17 g; Sól: 3.30 g; Sód: 1189.86 mg; Błonnik: 21.74 g; W tym cukry: 59.53 g; WW: 29.36 Por; Potas: 2433.45 mg; Wapń: 638.04 mg; Fosfor: 1027.17 mg; Żelazo: 6.72 mg; Magnez: 183.10 mg;

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 50g (GLU, SOJ), Serek kanapkowy 80g (MLE), Marchewka gotowana na parze 100g,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron z twarogiem i owocami 400g (GLU, JAJ, MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Pasta twarogowa 80g (MLE), Pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2307.95 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz ogółem: 73.99 g; Węglowodany ogółem: 266.16 g; Kw. tł. nasycone: 32.33 g; Sól: 7.01 g; Sód: 1417.73 mg; Błonnik: 17.98 g; W tym cukry: 56.71 g; WW: 26.86 Por; Potas: 2287.90 mg; Wapń: 668.49 mg; Fosfor: 1057.56 mg; Żelazo: 5.88 mg; Magnez: 162.71 mg;

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 50g (GLU, SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt, Sałata masłowa 10g,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Makaron z twarogiem i owocami 400g (GLU, JAJ, MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1956.10 kcal; Białko ogółem: 72.75 g; Tłuszcz ogółem: 66.28 g; Węglowodany ogółem: 270.98 g; Kw. tł. nasycone: 10.86 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1011.65 mg; Błonnik: 14.74 g; W tym cukry: 48.49 g; WW: 27.34 Por; Potas: 1963.66 mg; Wapń: 558.48 mg; Fosfor: 854.75 mg; Żelazo: 5.34 mg; Magnez: 139.68 mg;

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 100g, Miód sztukowy 25g 2szt, Marchewka gotowana na parze 100g, Jabłko 1szt,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml, Truskawki 100g, Ryż na mleku roślinnym 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Pomidor 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2042.25 kcal; Białko ogółem: 64.50 g; Tłuszcz ogółem: 75.59 g; Węglowodany ogółem: 279.90 g; Kw. tł. nasycone: 12.28 g; Sól: 2.08 g; Sód: 617.09 mg; Błonnik: 23.59 g; W tym cukry: 49.71 g; WW: 28.13 Por; Potas: 2182.17 mg; Wapń: 528.55 mg; Fosfor: 854.28 mg; Żelazo: 4.53 mg; Magnez: 137.07 mg;

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g, Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Dżem szt - 25g 1szt, Rzodkiew biała z koperkiem 100g, Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ),	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml, Ryż na mleku roślinnym 250ml, Truskawki 100g,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g, Paszтет drobiowy zapiekany 50g, Ogórek kiszony 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Gruszka 1szt,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Jogurt kokosowy (150g) 1szt (SOJ),

Wartości odżywcze: Kcal: 1761.06 kcal; Białko ogółem: 46.81 g; Tłuszcz ogółem: 54.03 g; Węglowodany ogółem: 288.66 g; Kw. tł. nasycone: 15.86 g; Sól: 6.84 g; Sód: 1883.94 mg; Błonnik: 31.30 g; W tym cukry: 55.42 g; WW: 28.93 Por; Potas: 2113.09 mg; Wapń: 224.67 mg; Fosfor: 678.50 mg; Żelazo: 10.45 mg; Magnez: 227.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-09-12		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt, Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z twarogiem i owocami 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Makaron z twarogiem i owocami 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2498.15 kcal; Białko ogółem: 105.70 g; Tłuszcz ogółem: 87.25 g; Węglowodany ogółem: 328.83 g; Kw. tł. nasycone: 24.61 g; Sól: 6.50 g; Sód: 2404.31 mg; Błonnik: 30.74 g; W tym cukry: 60.23 g; WW: 33.07 Por; Potas: 2547.56 mg; Wapń: 1227.74 mg; Fosfor: 1602.84 mg; Żelazo: 8.81 mg; Magnez: 276.77 mg;

sobota 2026-09-12		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 80g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Makaron z twarogiem i owocami 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2101.01 kcal; Białko ogółem: 74.83 g; Tłuszcz ogółem: 77.75 g; Węglowodany ogółem: 277.41 g; Kw. tł. nasycone: 14.49 g; Sól: 4.99 g; Sód: 344.17 mg; Błonnik: 22.03 g; W tym cukry: 53.18 g; WW: 28.02 Por; Potas: 2052.90 mg; Wapń: 596.67 mg; Fosfor: 826.10 mg; Żelazo: 3.68 mg; Magnez: 121.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 60g (JAJ, GOR), Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Szyńka wieprzowa duszona 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Marchew surowa w słupkach 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Ciasto drożdżowe 40g (GLU, JAJ, MLE),	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb graham 20g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2325.50 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz ogółem: 64.30 g; Węglowodany ogółem: 293.19 g; Kw. tł. nasycone: 29.21 g; Sól: 7.70 g; Sód: 2403.61 mg; Błonnik: 30.32 g; W tym cukry: 69.67 g; WW: 29.52 Por; Potas: 3674.90 mg; Wapń: 570.96 mg; Fosfor: 1255.83 mg; Żelazo: 10.88 mg; Magnez: 346.10 mg;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb razowy 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 60g (JAJ, GOR), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Szyńka wieprzowa duszona 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Marchew surowa w słupkach 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 20g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2122.38 kcal; Białko ogółem: 89.81 g; Tłuszcz ogółem: 48.55 g; Węglowodany ogółem: 255.57 g; Kw. tł. nasycone: 26.84 g; Sól: 6.85 g; Sód: 2290.51 mg; Błonnik: 34.57 g; W tym cukry: 55.80 g; WW: 25.74 Por; Potas: 3971.90 mg; Wapń: 581.26 mg; Fosfor: 1378.33 mg; Żelazo: 12.15 mg; Magnez: 396.90 mg;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 70g , Melon żółty 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Szyńka wieprzowa duszona 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Salata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1970.14 kcal; Białko ogółem: 82.65 g; Tłuszcz ogółem: 55.51 g; Węglowodany ogółem: 272.19 g; Kw. tł. nasycone: 22.09 g; Sól: 5.43 g; Sód: 1820.12 mg; Błonnik: 15.35 g; W tym cukry: 48.03 g; WW: 27.47 Por; Potas: 3259.89 mg; Wapń: 489.88 mg; Fosfor: 982.64 mg; Żelazo: 8.37 mg; Magnez: 252.00 mg;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Kawa zbożowa na mleku b/c 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z białka jaja 60g (JAJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Szyńka wieprzowa duszona 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1834.01 kcal; Białko ogółem: 83.30 g; Tłuszcz ogółem: 33.37 g; Węglowodany ogółem: 245.81 g; Kw. tł. nasycone: 19.49 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1822.06 mg; Błonnik: 16.05 g; W tym cukry: 38.92 g; WW: 24.79 Por; Potas: 3275.45 mg; Wapń: 488.56 mg; Fosfor: 963.24 mg; Żelazo: 8.14 mg; Magnez: 238.13 mg;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Szyńka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Salata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.20 kcal; Białko ogółem: 60.44 g; Tłuszcz ogółem: 89.88 g; Węglowodany ogółem: 233.71 g; Kw. tł. nasycone: 26.38 g; Sól: 3.10 g; Sód: 1045.33 mg; Błonnik: 19.97 g; W tym cukry: 30.33 g; WW: 23.47 Por; Potas: 2810.00 mg; Wapń: 180.37 mg; Fosfor: 634.26 mg; Żelazo: 6.03 mg; Magnez: 178.85 mg;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyni		
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (JAJ, MLE, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku z twarogiem mix g.budyniu z musem 200ml (MLE),	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1299.35 kcal; Białko ogółem: 62.09 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 177.50 g; Kw. tł. nasycone: 14.51 g; Sól: 0.85 g; Sód: 296.15 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 17.95 Por; Potas: 2654.65 mg; Wapń: 434.00 mg; Fosfor: 974.30 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 215.76 mg;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 80g (JAJ, GOR), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa pomidorowa z ryżem mix 300ml (MLE, SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki puree 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Sałata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2084.83 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz ogółem: 67.57 g; Węglowodany ogółem: 254.11 g; Kw. tł. nasycone: 27.33 g; Sól: 3.82 g; Sód: 1323.98 mg; Błonnik: 18.59 g; W tym cukry: 44.50 g; WW: 25.62 Por; Potas: 3143.73 mg; Wapń: 501.82 mg; Fosfor: 987.06 mg; Żelazo: 8.00 mg; Magnez: 208.91 mg;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Szynka wieprzowa duszona 200g , Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Połędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2168.69 kcal; Białko ogółem: 133.38 g; Tłuszcz ogółem: 70.06 g; Węglowodany ogółem: 256.90 g; Kw. tł. nasycone: 16.29 g; Sól: 6.39 g; Sód: 1780.87 mg; Błonnik: 16.00 g; W tym cukry: 51.36 g; WW: 25.90 Por; Potas: 4018.63 mg; Wapń: 556.51 mg; Fosfor: 1377.34 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 289.80 mg;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1949.68 kcal; Białko ogółem: 79.75 g; Tłuszcz ogółem: 53.73 g; Węglowodany ogółem: 252.37 g; Kw. tł. nasycone: 26.48 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1616.63 mg; Błonnik: 14.88 g; W tym cukry: 47.85 g; WW: 25.45 Por; Potas: 3180.31 mg; Wapń: 490.93 mg; Fosfor: 992.12 mg; Żelazo: 8.10 mg; Magnez: 234.75 mg;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Ser żółty 40g (MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt- 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (MLE), Sałata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Chrupki kukurydziane 30g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2042.70 kcal; Białko ogółem: 73.91 g; Tłuszcz ogółem: 69.82 g; Węglowodany ogółem: 249.16 g; Kw. tł. nasycone: 30.04 g; Sól: 4.02 g; Sód: 1413.17 mg; Błonnik: 21.86 g; W tym cukry: 25.11 g; WW: 25.05 Por; Potas: 2879.71 mg; Wapń: 506.84 mg; Fosfor: 907.73 mg; Żelazo: 6.77 mg; Magnez: 209.35 mg;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 30g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasta z jajka z zieleniną 60g (JAJ, GOR), Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Ogórek kiszony 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Szynka wieprzowa duszona 100g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasta z mięsa drobiowego 50g , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Marchew surowa w słupkach 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Banan 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2074.71 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz ogółem: 56.65 g; Węglowodany ogółem: 306.68 g; Kw. tł. nasycone: 14.33 g; Sól: 7.92 g; Sód: 1959.06 mg; Błonnik: 33.58 g; W tym cukry: 76.45 g; WW: 30.96 Por; Potas: 4109.13 mg; Wapń: 234.34 mg; Fosfor: 1057.48 mg; Żelazo: 10.68 mg; Magnez: 360.63 mg;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 40g (JAJ, GOR), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Tofu z cebulą 100g (SOJ), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Sałata masłowa 10g , Rzodkiewka czerwona 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1945.89 kcal; Białko ogółem: 62.39 g; Tłuszcz ogółem: 60.17 g; Węglowodany ogółem: 253.55 g; Kw. tł. nasycone: 25.22 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2093.75 mg; Błonnik: 28.73 g; W tym cukry: 54.98 g; WW: 25.47 Por; Potas: 3085.63 mg; Wapń: 546.76 mg; Fosfor: 933.55 mg; Żelazo: 9.37 mg; Magnez: 291.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-09-13		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną b/soli 80g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt, Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Szynka wieprzowa duszona 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Sałata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.85 kcal; Białko ogółem: 70.81 g; Tłuszcz ogółem: 65.75 g; Węglowodany ogółem: 249.98 g; Kw. tł. nasycone: 27.97 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1143.89 mg; Błonnik: 19.51 g; W tym cukry: 46.91 g; WW: 25.17 Por; Potas: 3139.15 mg; Wapń: 474.41 mg; Fosfor: 866.14 mg; Żelazo: 6.39 mg; Magnez: 220.28 mg;