

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 10g , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (<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 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2411.86 kcal; Białko ogółem: 94.30 g; Tłuszcz ogółem: 65.91 g; Węglowodany ogółem: 306.96 g; Kw. tł. nasycone: 22.69 g; Sól: 8.22 g; Sód: 2951.41 mg; Błonnik: 38.01 g; W tym cukry: 72.54 g; WW: 30.74 Por; Potas: 2831.80 mg; Wapń: 814.86 mg; Fosfor: 1554.05 mg; Żelazo: 11.44 mg; Magnez: 388.46 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata 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 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2158.84 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz ogółem: 65.52 g; Węglowodany ogółem: 261.24 g; Kw. tł. nasycone: 22.21 g; Sól: 8.30 g; Sód: 3014.56 mg; Błonnik: 37.54 g; W tym cukry: 47.51 g; WW: 26.16 Por; Potas: 2884.57 mg; Wapń: 973.02 mg; Fosfor: 1654.88 mg; Żelazo: 11.21 mg; Magnez: 392.72 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 90g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Surówka z marchwi i selera z olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.84 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz ogółem: 33.76 g; Węglowodany ogółem: 317.07 g; Kw. tł. nasycone: 11.62 g; Sól: 5.55 g; Sód: 1956.90 mg; Błonnik: 22.59 g; W tym cukry: 52.86 g; WW: 31.86 Por; Potas: 2322.15 mg; Wapń: 475.28 mg; Fosfor: 1148.66 mg; Żelazo: 7.78 mg; Magnez: 244.30 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Pomarańcza 1/2szt 100g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Surówka z marchwi i selera z olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1886.94 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 287.53 g; Kw. tł. nasycone: 9.47 g; Sól: 5.54 g; Sód: 1956.90 mg; Błonnik: 22.59 g; W tym cukry: 52.86 g; WW: 28.86 Por; Potas: 2322.15 mg; Wapń: 475.28 mg; Fosfor: 1148.66 mg; Żelazo: 7.78 mg; Magnez: 244.30 mg;

czwartek 2026-01-01 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>), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g , Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1719.02 kcal; Białko ogółem: 61.57 g; Tłuszcz ogółem: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 238.52 g; Kw. tł. nasycone: 8.96 g; Sól: 2.90 g; Sód: 1056.37 mg; Błonnik: 20.84 g; W tym cukry: 35.25 g; WW: 23.94 Por; Potas: 1594.69 mg; Wapń: 247.51 mg; Fosfor: 738.11 mg; Żelazo: 3.97 mg; Magnez: 137.04 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
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 twarożkiem mix g.budyniu z musem 200ml (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1299.35 kcal; Białko ogółem: 62.09 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 177.65 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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem (papka) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem papka 300g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Jabłko gotowane 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2143.69 kcal; Białko ogółem: 78.23 g; Tłuszcz ogółem: 51.10 g; Węglowodany ogółem: 301.13 g; Kw. tł. nasycone: 24.96 g; Sól: 5.63 g; Sód: 2144.68 mg; Błonnik: 20.87 g; W tym cukry: 56.11 g; WW: 30.21 Por; Potas: 1910.58 mg; Wapń: 417.59 mg; Fosfor: 964.06 mg; Żelazo: 6.40 mg; Magnez: 191.90 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 100g (MLE), Rukola 10g , Kefir 150g 1szt (MLE), Pomidor b/skóry 90g , Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (SEL), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 80g (SOJ), Pasta twarogowa z natką pietruszki 100g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2256.37 kcal; Białko ogółem: 116.39 g; Tłuszcz ogółem: 46.70 g; Węglowodany ogółem: 302.06 g; Kw. tł. nasycone: 15.17 g; Sól: 7.17 g; Sód: 1975.84 mg; Błonnik: 19.14 g; W tym cukry: 54.54 g; WW: 30.39 Por; Potas: 2423.97 mg; Wapń: 705.62 mg; Fosfor: 1432.88 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 252.84 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g , Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (SEL), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1975.65 kcal; Białko ogółem: 87.44 g; Tłuszcz ogółem: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 284.18 g; Kw. tł. nasycone: 10.46 g; Sól: 4.97 g; Sód: 1883.51 mg; Błonnik: 17.79 g; W tym cukry: 43.59 g; WW: 28.53 Por; Potas: 1988.34 mg; Wapń: 443.17 mg; Fosfor: 1126.35 mg; Żelazo: 7.15 mg; Magnez: 222.10 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEJ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (SEL), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEJ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Szynka delikatkowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1742.15 kcal; Białko ogółem: 62.62 g; Tłuszcz ogółem: 39.43 g; Węglowodany ogółem: 244.97 g; Kw. tł. nasycone: 8.51 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1045.35 mg; Błonnik: 20.08 g; W tym cukry: 38.37 g; WW: 24.58 Por; Potas: 1789.65 mg; Wapń: 263.29 mg; Fosfor: 768.16 mg; Żelazo: 4.64 mg; Magnez: 151.43 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatkowa drobiowa 50g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 10g , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z zacierką b/ml 300ml (GLU, SEL), Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300g (SEL), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z mięsa drobiowego 50g , Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Banan 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2080.96 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz ogółem: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 286.09 g; Kw. tł. nasycone: 18.66 g; Sól: 7.80 g; Sód: 2422.21 mg; Błonnik: 34.14 g; W tym cukry: 80.72 g; WW: 28.76 Por; Potas: 3267.47 mg; Wapń: 272.53 mg; Fosfor: 1109.97 mg; Żelazo: 10.25 mg; Magnez: 384.23 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami i tofu 300g (SOJ, SEL), Surówka z czerwonej kapusty z olejem (WN) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1971.34 kcal; Białko ogółem: 68.57 g; Tłuszcz ogółem: 43.14 g; Węglowodany ogółem: 293.79 g; Kw. tł. nasycone: 11.23 g; Sól: 6.37 g; Sód: 1794.46 mg; Błonnik: 30.16 g; W tym cukry: 47.86 g; WW: 29.48 Por; Potas: 1975.05 mg; Wapń: 438.08 mg; Fosfor: 921.79 mg; Żelazo: 8.26 mg; Magnez: 255.06 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-01-01		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) b/ml 200ml (JAJ, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, SOJ),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (SOJ),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1296.10 kcal; Białko ogółem: 57.90 g; Tłuszcz ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 172.93 g; Kw. tł. nasycone: 4.58 g; Sól: 0.99 g; Sód: 156.35 mg; Błonnik: 15.15 g; W tym cukry: 11.38 g; WW: 17.39 Por; Potas: 2201.05 mg; Wapń: 74.40 mg; Fosfor: 635.70 mg; Żelazo: 5.85 mg; Magnez: 177.51 mg;

czwartek 2026-01-01		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 60g (MLE), Rukola 10g , Pomidor b/skóry 90g , Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z zacierką 300ml (GLU, MLE, SEL), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem b/soli 300g (SEL), Surówka z marchwi i selera z olejem 100g (SEL, SO2), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.44 kcal; Białko ogółem: 85.50 g; Tłuszcz ogółem: 33.59 g; Węglowodany ogółem: 318.16 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 5.55 g; Sód: 1953.90 mg; Błonnik: 20.78 g; W tym cukry: 44.16 g; WW: 32.00 Por; Potas: 2139.15 mg; Wapń: 442.28 mg; Fosfor: 1125.66 mg; Żelazo: 7.38 mg; Magnez: 232.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z brązowym ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Ryba po grecku (miruna) z cytryną i koperkiem 200g (RYB, SEL), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 60g (MLE), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Pomarańcza 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopolka wieprzowa 20g (SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2114.92 kcal; Białko ogółem: 76.51 g; Tłuszcz ogółem: 46.30 g; Węglowodany ogółem: 294.35 g; Kw. tł. nasycone: 19.19 g; Sól: 6.03 g; Sód: 1783.75 mg; Błonnik: 35.39 g; W tym cukry: 73.37 g; WW: 29.43 Por; Potas: 3740.15 mg; Wapń: 534.66 mg; Fosfor: 1064.89 mg; Żelazo: 10.25 mg; Magnez: 314.67 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Ryba po grecku (miruna) z cytryną i koperkiem 200g (RYB, SEL), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek wiejski 80g (MLE), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1927.14 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz ogółem: 46.93 g; Węglowodany ogółem: 261.17 g; Kw. tł. nasycone: 18.63 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1966.75 mg; Błonnik: 34.71 g; W tym cukry: 54.33 g; WW: 26.11 Por; Potas: 3713.05 mg; Wapń: 606.86 mg; Fosfor: 1186.19 mg; Żelazo: 10.79 mg; Magnez: 321.67 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 70g , Banan 1g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Serek wiejski 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2105.53 kcal; Białko ogółem: 71.41 g; Tłuszcz ogółem: 37.97 g; Węglowodany ogółem: 338.44 g; Kw. tł. nasycone: 18.58 g; Sól: 3.93 g; Sód: 1328.30 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 90.93 g; WW: 34.14 Por; Potas: 3967.43 mg; Wapń: 429.92 mg; Fosfor: 792.32 mg; Żelazo: 8.31 mg; Magnez: 255.53 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 70g , Banan 1g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek wiejski 60g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.33 kcal; Białko ogółem: 74.91 g; Tłuszcz ogółem: 38.51 g; Węglowodany ogółem: 329.32 g; Kw. tł. nasycone: 16.95 g; Sól: 4.11 g; Sód: 1404.30 mg; Błonnik: 23.03 g; W tym cukry: 91.59 g; WW: 33.20 Por; Potas: 3983.43 mg; Wapń: 445.92 mg; Fosfor: 820.32 mg; Żelazo: 8.33 mg; Magnez: 257.13 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1701.46 kcal; Białko ogółem: 50.11 g; Tłuszcz ogółem: 41.98 g; Węglowodany ogółem: 242.37 g; Kw. tł. nasycone: 17.83 g; Sól: 1.77 g; Sód: 644.98 mg; Błonnik: 22.03 g; W tym cukry: 41.63 g; WW: 24.34 Por; Potas: 2543.35 mg; Wapń: 235.76 mg; Fosfor: 478.28 mg; Żelazo: 4.81 mg; Magnez: 129.51 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
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: 177.65 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;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pasta warzywna 100g (SEL),	Zupa pomidorowa z ryżem mix 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) puree 100g (RYB), Ziemniaki puree 200g , Warzywa po grecku mix 150ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 60g (MLE), Salatką z brokuła i pomidora z olejem 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kisiel z tartym jabłkiem (papką) 200ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2376.61 kcal; Białko ogółem: 77.82 g; Tłuszcz ogółem: 69.10 g; Węglowodany ogółem: 322.58 g; Kw. tł. nasycone: 24.98 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1541.57 mg; Błonnik: 23.61 g; W tym cukry: 71.26 g; WW: 32.44 Por; Potas: 3245.08 mg; Wapń: 475.14 mg; Fosfor: 867.68 mg; Żelazo: 8.12 mg; Magnez: 212.42 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 80g , Serek kanapkowy 100g (MLE), Koper 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (JAJ), Serek wiejski 80g (MLE), Polędwica ani drobiowa 80g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2490.95 kcal; Białko ogółem: 110.35 g; Tłuszcz ogółem: 75.46 g; Węglowodany ogółem: 302.37 g; Kw. tł. nasycone: 38.87 g; Sól: 8.63 g; Sód: 1766.88 mg; Błonnik: 18.95 g; W tym cukry: 60.48 g; WW: 30.38 Por; Potas: 3234.75 mg; Wapń: 636.26 mg; Fosfor: 980.58 mg; Żelazo: 7.67 mg; Magnez: 207.21 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), 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 wiejski 80g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Buraczki gotowane plastry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1907.61 kcal; Białko ogółem: 76.59 g; Tłuszcz ogółem: 39.10 g; Węglowodany ogółem: 279.00 g; Kw. tł. nasycone: 17.46 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1453.24 mg; Błonnik: 19.40 g; W tym cukry: 49.33 g; WW: 28.13 Por; Potas: 2965.45 mg; Wapń: 461.83 mg; Fosfor: 796.29 mg; Żelazo: 7.98 mg; Magnez: 192.06 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Koper 10g , Banan 1g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 80g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE), Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2147.22 kcal; Białko ogółem: 66.20 g; Tłuszcz ogółem: 54.35 g; Węglowodany ogółem: 311.60 g; Kw. tł. nasycone: 18.51 g; Sól: 2.93 g; Sód: 887.88 mg; Błonnik: 25.36 g; W tym cukry: 82.48 g; WW: 31.29 Por; Potas: 3560.85 mg; Wapń: 440.01 mg; Fosfor: 682.33 mg; Żelazo: 6.08 mg; Magnez: 213.41 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatkowa drobiowa 50g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Ogórek świeży 100g , Banan 1g ,	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300ml (SEL), Ziemniaki 200g , Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Sok warzywny 300ml 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1840.72 kcal; Białko ogółem: 64.79 g; Tłuszcz ogółem: 57.36 g; Węglowodany ogółem: 284.59 g; Kw. tł. nasycone: 11.79 g; Sól: 5.73 g; Sód: 1408.20 mg; Błonnik: 31.52 g; W tym cukry: 84.24 g; WW: 28.67 Por; Potas: 3860.10 mg; Wapń: 210.56 mg; Fosfor: 669.59 mg; Żelazo: 9.31 mg; Magnez: 284.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-01-02			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek świeży 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ryba po grecku (miruna) 200g (RYB, SEL), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 80g (MLE), Pomidor 100g ,	
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1880.19 kcal; Białko ogółem: 69.81 g; Tłuszcz ogółem: 44.63 g; Węglowodany ogółem: 265.99 g; Kw. tł. nasycone: 19.32 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1743.60 mg; Błonnik: 28.02 g; W tym cukry: 50.74 g; WW: 26.67 Por; Potas: 3257.55 mg; Wapń: 478.01 mg; Fosfor: 960.59 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 246.37 mg;

piątek 2026-01-02			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Płynna g.budyń (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,	Płynna g.budyń (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyń (zupa+jajko) b/ml 200ml (JAJ, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Kasza manna na mleku roślinnym mix g.budyń z musem 200ml (GLU, SOJ),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku roślinnym mix g.budyń z musem 200ml (SOJ),		

Wartości odżywcze: Kcal: 1296.10 kcal; Białko ogółem: 57.90 g; Tłuszcz ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 172.93 g; Kw. tł. nasycone: 4.58 g; Sól: 0.99 g; Sód: 156.35 mg; Błonnik: 15.15 g; W tym cukry: 11.38 g; WW: 17.39 Por; Potas: 2201.05 mg; Wapń: 74.40 mg; Fosfor: 635.70 mg; Żelazo: 5.85 mg; Magnez: 177.51 mg;

piątek 2026-01-02			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z ryżem 300ml (MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Koper 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem b/soli 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki b/soli 200g , Ryba po grecku (miruna) b/soli 200g (RYB, SEL), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Serek wiejski 80g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,	
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1939.27 kcal; Białko ogółem: 73.86 g; Tłuszcz ogółem: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 289.93 g; Kw. tł. nasycone: 19.34 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1472.28 mg; Błonnik: 18.95 g; W tym cukry: 51.56 g; WW: 29.19 Por; Potas: 3012.15 mg; Wapń: 448.76 mg; Fosfor: 795.78 mg; Żelazo: 7.40 mg; Magnez: 187.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Pasztet drobiowy zapiekany 30g, Rzodkiew biała z koperkiem 100g,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g, Kotlet schabowy smażony w panierce 100g (GLU, JAJ), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Gruszka 1szt,	Podwieczorek: Babka 50g (GLU, JAJ, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2466.78 kcal; Białko ogółem: 93.39 g; Tłuszcz ogółem: 72.24 g; Węglowodany ogółem: 321.09 g; Kw. tł. nasycone: 19.26 g; Sól: 7.72 g; Sód: 2438.57 mg; Błonnik: 31.24 g; W tym cukry: 97.38 g; WW: 32.19 Por; Potas: 3162.33 mg; Wapń: 866.45 mg; Fosfor: 1115.79 mg; Żelazo: 12.14 mg; Magnez: 295.60 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Rzodkiew biała z koperkiem 100g,	Zupa brokułowa z brązowym ryżem 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki z koperkiem 200g, Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Ogórek kiszony 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml, Jabłko 1szt,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasztet drobiowy zapiekany 30g,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2077.07 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz ogółem: 62.95 g; Węglowodany ogółem: 251.46 g; Kw. tł. nasycone: 19.48 g; Sól: 8.95 g; Sód: 2685.68 mg; Błonnik: 34.95 g; W tym cukry: 43.62 g; WW: 25.27 Por; Potas: 3645.47 mg; Wapń: 1002.62 mg; Fosfor: 1491.45 mg; Żelazo: 14.39 mg; Magnez: 384.78 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt, Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g, Babka 50g (GLU, JAJ, MLE),	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki z koperkiem 200g, Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 20g, Pomidor b/skóry z koperkiem 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2234.52 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz ogółem: 47.40 g; Węglowodany ogółem: 327.89 g; Kw. tł. nasycone: 13.37 g; Sól: 6.55 g; Sód: 1806.34 mg; Błonnik: 16.13 g; W tym cukry: 71.43 g; WW: 33.10 Por; Potas: 3210.27 mg; Wapń: 517.58 mg; Fosfor: 953.50 mg; Żelazo: 9.66 mg; Magnez: 237.31 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
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, Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g, Babka 50g (GLU, JAJ, MLE),	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki z koperkiem 200g, Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 20g, Pomidor b/skóry z koperkiem 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2179.05 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz ogółem: 48.02 g; Węglowodany ogółem: 318.20 g; Kw. tł. nasycone: 11.50 g; Sól: 6.89 g; Sód: 1806.34 mg; Błonnik: 16.13 g; W tym cukry: 71.49 g; WW: 32.11 Por; Potas: 3210.27 mg; Wapń: 517.58 mg; Fosfor: 953.50 mg; Żelazo: 9.66 mg; Magnez: 237.31 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt, Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki z koperkiem 200g, Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1762.18 kcal; Białko ogółem: 47.55 g; Tłuszcz ogółem: 43.50 g; Węglowodany ogółem: 247.09 g; Kw. tł. nasycone: 9.29 g; Sól: 5.49 g; Sód: 1584.80 mg; Błonnik: 17.83 g; W tym cukry: 24.42 g; WW: 24.95 Por; Potas: 2263.35 mg; Wapń: 177.59 mg; Fosfor: 505.64 mg; Żelazo: 6.01 mg; Magnez: 195.94 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
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),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.79 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 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 2026-01-03 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z mięsa drobiowego 40g , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (<i>SEL</i>),	Zupa brokułowa z ryżem mix 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze (papka) 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kasza jaglana 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , 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>), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (<i>SEL</i>), Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2165.00 kcal; Białko ogółem: 83.35 g; Tłuszcz ogółem: 38.04 g; Węglowodany ogółem: 333.81 g; Kw. tł. nasycone: 12.08 g; Sól: 3.17 g; Sód: 1166.51 mg; Błonnik: 24.76 g; W tym cukry: 43.29 g; WW: 33.57 Por; Potas: 2551.04 mg; Wapń: 444.22 mg; Fosfor: 1155.90 mg; Żelazo: 12.94 mg; Magnez: 286.27 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 2 sztuki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków 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>), Połędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2858.64 kcal; Białko ogółem: 122.92 g; Tłuszcz ogółem: 102.20 g; Węglowodany ogółem: 319.93 g; Kw. tł. nasycone: 36.72 g; Sól: 9.00 g; Sód: 2300.30 mg; Błonnik: 17.59 g; W tym cukry: 54.36 g; WW: 32.29 Por; Potas: 3468.25 mg; Wapń: 596.35 mg; Fosfor: 1323.98 mg; Żelazo: 10.45 mg; Magnez: 273.69 mg;

sobota 2026-01-03 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>), Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Sałata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Buraczki gotowane 100g , 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>), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2183.15 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz ogółem: 46.23 g; Węglowodany ogółem: 319.46 g; Kw. tł. nasycone: 11.00 g; Sól: 4.95 g; Sód: 1182.95 mg; Błonnik: 16.69 g; W tym cukry: 50.70 g; WW: 32.25 Por; Potas: 2939.50 mg; Wapń: 491.80 mg; Fosfor: 950.10 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 200.89 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/mąki 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki z koperkiem 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 30g (<i>MLE</i>), Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą z olejem 200g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2052.05 kcal; Białko ogółem: 63.56 g; Tłuszcz ogółem: 58.77 g; Węglowodany ogółem: 270.64 g; Kw. tł. nasycone: 10.63 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1015.05 mg; Błonnik: 19.66 g; W tym cukry: 30.96 g; WW: 27.25 Por; Potas: 2529.99 mg; Wapń: 169.86 mg; Fosfor: 614.16 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 178.35 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z mięsa drobiowego 60g , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Śliwki 2szt ,		Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 40g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1974.86 kcal; Białko ogółem: 70.89 g; Tłuszcz ogółem: 61.77 g; Węglowodany ogółem: 302.55 g; Kw. tł. nasycone: 13.40 g; Sól: 6.45 g; Sód: 1900.21 mg; Błonnik: 32.96 g; W tym cukry: 52.65 g; WW: 30.46 Por; Potas: 3571.35 mg; Wapń: 243.67 mg; Fosfor: 1015.50 mg; Żelazo: 12.82 mg; Magnez: 319.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-01-03			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Twaróg 40g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt, Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (GLU, JAJ), Sałatka z buraków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,	
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2123.79 kcal; Białko ogółem: 73.26 g; Tłuszcz ogółem: 57.06 g; Węglowodany ogółem: 284.31 g; Kw. tł. nasycone: 19.20 g; Sól: 6.63 g; Sód: 2389.18 mg; Błonnik: 30.05 g; W tym cukry: 52.83 g; WW: 28.57 Por; Potas: 2935.37 mg; Wapń: 1025.87 mg; Fosfor: 1220.35 mg; Żelazo: 9.97 mg; Magnez: 286.43 mg;

sobota 2026-01-03			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) b/ml 200ml (JAJ, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Kasza manna na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, SOJ),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (SOJ),		

Wartości odżywcze: Kcal: 1296.10 kcal; Białko ogółem: 57.80 g; Tłuszcz ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 172.93 g; Kw. tł. nasycone: 4.58 g; Sól: 0.96 g; Sód: 145.35 mg; Błonnik: 15.15 g; W tym cukry: 11.38 g; WW: 17.39 Por; Potas: 2185.05 mg; Wapń: 69.40 mg; Fosfor: 634.70 mg; Żelazo: 5.75 mg; Magnez: 175.51 mg;

sobota 2026-01-03			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 50g (GLU, SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa brokułowa z ryżem b/soli 300ml (MLE, SEL), Klopsik mielony wp gotowany na parze b/soli 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy b/soli 60ml (GLU), Ziemniaki z koperkiem b/soli 200g , Sałatka z buraków i jabłka z olejem b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 20g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2076.75 kcal; Białko ogółem: 78.97 g; Tłuszcz ogółem: 45.83 g; Węglowodany ogółem: 294.39 g; Kw. tł. nasycone: 12.74 g; Sól: 6.83 g; Sód: 1778.34 mg; Błonnik: 15.73 g; W tym cukry: 52.79 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3164.27 mg; Wapń: 504.58 mg; Fosfor: 901.00 mg; Żelazo: 9.01 mg; Magnez: 233.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ), Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (MLE, SEL), Kopytka ziemniaczane 200g (GLU, JAJ), Udko duszone 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), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Marchew surowa w słupkach 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Melon żółty 100g ,	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb graham 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2338.01 kcal; Białko ogółem: 82.37 g; Tłuszcz ogółem: 59.12 g; Węglowodany ogółem: 313.17 g; Kw. tł. nasycone: 25.54 g; Sól: 5.40 g; Sód: 1646.34 mg; Błonnik: 34.57 g; W tym cukry: 69.28 g; WW: 31.49 Por; Potas: 3729.41 mg; Wapń: 591.52 mg; Fosfor: 1268.22 mg; Żelazo: 12.27 mg; Magnez: 339.64 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , 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), 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), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1997.86 kcal; Białko ogółem: 77.04 g; Tłuszcz ogółem: 56.95 g; Węglowodany ogółem: 263.64 g; Kw. tł. nasycone: 25.19 g; Sól: 5.59 g; Sód: 1619.61 mg; Błonnik: 38.14 g; W tym cukry: 58.02 g; WW: 26.59 Por; Potas: 4346.61 mg; Wapń: 590.19 mg; Fosfor: 1341.72 mg; Żelazo: 13.20 mg; Magnez: 380.15 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 70g , Melon żółty 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kopytka ziemniaczane 200g (GLU, JAJ), Udko duszone 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), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Salata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2031.09 kcal; Białko ogółem: 73.09 g; Tłuszcz ogółem: 50.67 g; Węglowodany ogółem: 279.38 g; Kw. tł. nasycone: 22.28 g; Sól: 5.49 g; Sód: 1825.15 mg; Błonnik: 16.27 g; W tym cukry: 45.30 g; WW: 28.14 Por; Potas: 2851.70 mg; Wapń: 498.64 mg; Fosfor: 956.03 mg; Żelazo: 8.32 mg; Magnez: 250.74 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kopytka ziemniaczane 200g (GLU, JAJ), Udko duszone 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU, MLE),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2078.87 kcal; Białko ogółem: 77.28 g; Tłuszcz ogółem: 63.32 g; Węglowodany ogółem: 275.94 g; Kw. tł. nasycone: 26.54 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1924.65 mg; Błonnik: 17.41 g; W tym cukry: 47.92 g; WW: 27.78 Por; Potas: 3018.39 mg; Wapń: 529.93 mg; Fosfor: 1003.49 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 259.32 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Udko duszone 80g , Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU, MLE),	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 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1770.88 kcal; Białko ogółem: 42.50 g; Tłuszcz ogółem: 62.00 g; Węglowodany ogółem: 215.34 g; Kw. tł. nasycone: 24.90 g; Sól: 3.16 g; Sód: 1041.31 mg; Błonnik: 21.28 g; W tym cukry: 22.87 g; WW: 21.69 Por; Potas: 2743.28 mg; Wapń: 186.58 mg; Fosfor: 553.34 mg; Żelazo: 5.49 mg; Magnez: 179.82 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
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),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1299.35 kcal; Białko ogółem: 62.09 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 177.65 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;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-01-04 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 koperkiem 80g (JAJ , GOR), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami mix 300ml (MLE , SEL), Udko duszone (papką) 100g, Ziemniaki z koperkiem (papką) 200g, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g, Kompot owocowy 250ml, Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU , MLE),	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Salata masłowa 20g, Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 2042.17 kcal; Białko ogółem: 69.00 g; Tłuszcz ogółem: 62.67 g; Węglowodany ogółem: 260.83 g; Kw. tł. nasycone: 27.96 g; Sól: 3.93 g; Sód: 1346.38 mg; Błonnik: 20.61 g; W tym cukry: 49.15 g; WW: 26.36 Por; Potas: 3287.12 mg; Wapń: 531.67 mg; Fosfor: 965.03 mg; Żelazo: 7.91 mg; Magnez: 222.46 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ , MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 80g (JAJ , GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g, Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolką 300ml (MLE , SEL), Udko duszone 2 szt 160g, Ziemniaki 200g, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g, Kompot owocowy 250ml, Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU , MLE),	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Salata masłowa 10g, Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2159.74 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz ogółem: 56.64 g; Węglowodany ogółem: 269.44 g; Kw. tł. nasycone: 16.41 g; Sól: 6.48 g; Sód: 1792.93 mg; Błonnik: 20.81 g; W tym cukry: 52.16 g; WW: 27.22 Por; Potas: 3972.36 mg; Wapń: 606.26 mg; Fosfor: 1291.85 mg; Żelazo: 10.57 mg; Magnez: 315.66 mg;

niedziela 2026-01-04 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 koperkiem 40g (JAJ , GOR), Pomidor b/skóry 50g,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Udko duszone 100g, Ziemniaki 200g, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g, Kompot owocowy 250ml, Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU , MLE),	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Salata masłowa 10g, Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1958.40 kcal; Białko ogółem: 65.81 g; Tłuszcz ogółem: 58.47 g; Węglowodany ogółem: 251.02 g; Kw. tł. nasycone: 27.63 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1631.53 mg; Błonnik: 16.58 g; W tym cukry: 45.66 g; WW: 25.36 Por; Potas: 3199.53 mg; Wapń: 503.09 mg; Fosfor: 953.70 mg; Żelazo: 7.80 mg; Magnez: 242.00 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ , GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Udko duszone 100g, Sos marchewkowy zabieleny b/glu 70ml (MLE), 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), Salata masłowa 10g, Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE), Chrupki kukurydziane 30g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.97 kcal; Białko ogółem: 45.49 g; Tłuszcz ogółem: 60.24 g; Węglowodany ogółem: 236.15 g; Kw. tł. nasycone: 24.75 g; Sól: 3.05 g; Sód: 1061.46 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 22.85 g; WW: 23.79 Por; Potas: 2857.53 mg; Wapń: 188.31 mg; Fosfor: 655.23 mg; Żelazo: 6.11 mg; Magnez: 202.99 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU , SOJ), Chleb razowy 30g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ , GOR), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor 100g,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Ziemniaki 200g, Udko duszone 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g, Pasta z mięsa drobiowego 50g, Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU , SOJ), Marchew surowa w słupkach 100g, Mus owocowy 100g 1szt,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Sok przecierowy 100% 1szt,		

Wartości odżywcze: Kcal: 1592.11 kcal; Białko ogółem: 59.61 g; Tłuszcz ogółem: 52.65 g; Węglowodany ogółem: 218.20 g; Kw. tł. nasycone: 12.71 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1236.97 mg; Błonnik: 27.83 g; W tym cukry: 34.57 g; WW: 21.99 Por; Potas: 3210.34 mg; Wapń: 167.17 mg; Fosfor: 878.42 mg; Żelazo: 8.54 mg; Magnez: 243.44 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ , MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU , SOJ), Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ , GOR), Pomidor 100g,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolką 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), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Salata masłowa 10g, Rzodkiewka czerwona 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1989.22 kcal; Białko ogółem: 65.59 g; Tłuszcz ogółem: 56.61 g; Węglowodany ogółem: 264.14 g; Kw. tł. nasycone: 25.18 g; Sól: 5.33 g; Sód: 1420.23 mg; Błonnik: 33.60 g; W tym cukry: 57.52 g; WW: 26.57 Por; Potas: 3808.53 mg; Wapń: 571.65 mg; Fosfor: 1022.02 mg; Żelazo: 11.36 mg; Magnez: 302.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-01-04		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) b/ml 200ml (JAJ, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, SOJ),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (SOJ),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1296.10 kcal; Białko ogółem: 57.90 g; Tłuszcz ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 172.93 g; Kw. tł. nasycone: 4.58 g; Sól: 0.99 g; Sód: 156.35 mg; Błonnik: 15.15 g; W tym cukry: 11.38 g; WW: 17.39 Por; Potas: 2201.05 mg; Wapń: 74.40 mg; Fosfor: 635.70 mg; Żelazo: 5.85 mg; Magnez: 177.51 mg;

niedziela 2026-01-04		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa barszcz ukraiński z białą fasolą b/soli 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Udko duszone b/soli 100g , Sos marchewkowy zabieleny b/soli 70ml (GLU, MLE), 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), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Salata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2060.61 kcal; Białko ogółem: 73.20 g; Tłuszcz ogółem: 59.45 g; Węglowodany ogółem: 268.86 g; Kw. tł. nasycone: 27.96 g; Sól: 5.70 g; Sód: 1943.73 mg; Błonnik: 20.50 g; W tym cukry: 50.11 g; WW: 27.18 Por; Potas: 3684.89 mg; Wapń: 555.60 mg; Fosfor: 1063.79 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 297.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Ogórek kiszony 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ciecierzycy 60g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 20g ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2081.42 kcal; Białko ogółem: 76.41 g; Tłuszcz ogółem: 44.78 g; Węglowodany ogółem: 293.88 g; Kw. tł. nasycone: 12.68 g; Sól: 6.12 g; Sód: 1990.55 mg; Błonnik: 31.45 g; W tym cukry: 68.31 g; WW: 29.43 Por; Potas: 2902.74 mg; Wapń: 541.50 mg; Fosfor: 1205.74 mg; Żelazo: 10.03 mg; Magnez: 312.32 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 50g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ryż brązowy na sypko 200g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z ciecierzycy 60g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 20g ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2002.18 kcal; Białko ogółem: 83.44 g; Tłuszcz ogółem: 43.78 g; Węglowodany ogółem: 287.96 g; Kw. tł. nasycone: 10.42 g; Sól: 6.19 g; Sód: 2074.56 mg; Błonnik: 41.02 g; W tym cukry: 46.39 g; WW: 28.81 Por; Potas: 3112.40 mg; Wapń: 558.16 mg; Fosfor: 1496.03 mg; Żelazo: 11.53 mg; Magnez: 435.78 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2090.29 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz ogółem: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 318.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.23 g; Sól: 4.39 g; Sód: 1092.84 mg; Błonnik: 19.10 g; W tym cukry: 85.27 g; WW: 32.13 Por; Potas: 3464.67 mg; Wapń: 498.58 mg; Fosfor: 1023.23 mg; Żelazo: 8.58 mg; Magnez: 257.73 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowia		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2001.92 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz ogółem: 41.93 g; Węglowodany ogółem: 300.89 g; Kw. tł. nasycone: 10.57 g; Sól: 4.44 g; Sód: 1101.77 mg; Błonnik: 19.12 g; W tym cukry: 85.94 g; WW: 30.32 Por; Potas: 3490.61 mg; Wapń: 518.48 mg; Fosfor: 1066.27 mg; Żelazo: 8.64 mg; Magnez: 259.98 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Salata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1676.25 kcal; Białko ogółem: 54.85 g; Tłuszcz ogółem: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 233.37 g; Kw. tł. nasycone: 8.98 g; Sól: 2.21 g; Sód: 221.44 mg; Błonnik: 19.96 g; W tym cukry: 22.66 g; WW: 23.42 Por; Potas: 2090.33 mg; Wapń: 163.12 mg; Fosfor: 604.03 mg; Żelazo: 5.29 mg; Magnez: 113.09 mg;

poniedziałek 2026-01-05 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),	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1299.35 kcal; Białko ogółem: 62.09 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 177.65 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;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna 100g (SEL),	Zupa krem z kalafiora 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) mix 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko (papak) 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Pasta warzywna 100g (SEL), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2281.04 kcal; Białko ogółem: 93.19 g; Tłuszcz ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 367.46 g; Kw. tł. nasycone: 12.27 g; Sól: 3.47 g; Sód: 1286.53 mg; Błonnik: 23.26 g; W tym cukry: 43.26 g; WW: 36.97 Por; Potas: 2786.79 mg; Wapń: 651.71 mg; Fosfor: 1299.21 mg; Żelazo: 8.48 mg; Magnez: 228.10 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (MLE),	Zupa krem z kalafiora 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 80g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Salata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2301.54 kcal; Białko ogółem: 108.41 g; Tłuszcz ogółem: 70.82 g; Węglowodany ogółem: 275.77 g; Kw. tł. nasycone: 29.59 g; Sól: 5.66 g; Sód: 1422.52 mg; Błonnik: 16.39 g; W tym cukry: 57.44 g; WW: 27.72 Por; Potas: 3057.11 mg; Wapń: 761.44 mg; Fosfor: 1360.07 mg; Żelazo: 8.59 mg; Magnez: 222.89 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Salata z pomidora b/s i salaty lodowej z olejem 50g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (MLE, SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (SOJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL), Salata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1770.92 kcal; Białko ogółem: 77.66 g; Tłuszcz ogółem: 33.59 g; Węglowodany ogółem: 256.42 g; Kw. tł. nasycone: 9.79 g; Sól: 4.47 g; Sód: 1104.67 mg; Błonnik: 14.87 g; W tym cukry: 42.41 g; WW: 25.81 Por; Potas: 2149.69 mg; Wapń: 481.75 mg; Fosfor: 956.32 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 181.25 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) b/glu 180g (SEL), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Salata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1809.65 kcal; Białko ogółem: 62.75 g; Tłuszcz ogółem: 45.67 g; Węglowodany ogółem: 249.76 g; Kw. tł. nasycone: 9.22 g; Sól: 2.38 g; Sód: 288.84 mg; Błonnik: 21.02 g; W tym cukry: 29.98 g; WW: 25.06 Por; Potas: 2295.03 mg; Wapń: 342.17 mg; Fosfor: 728.43 mg; Żelazo: 5.37 mg; Magnez: 130.14 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa krem z kalafiora b/ml 300ml (SEL), Kurczak z warzywami po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180g (GLU, SEL), Ryż na sypko 200g , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z ciecierzycy 60g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1707.10 kcal; Białko ogółem: 57.37 g; Tłuszcz ogółem: 55.67 g; Węglowodany ogółem: 260.07 g; Kw. tł. nasycone: 11.54 g; Sól: 5.81 g; Sód: 1744.56 mg; Błonnik: 28.52 g; W tym cukry: 40.57 g; WW: 26.09 Por; Potas: 2565.23 mg; Wapń: 160.78 mg; Fosfor: 846.52 mg; Żelazo: 8.68 mg; Magnez: 246.31 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa krem z kalafiora 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko 200g , Tofu z warzywami po chińsku (wege) 150g (GLU, SOJ, SEL), Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z ciecierzycy 60g , Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.41 kcal; Białko ogółem: 64.95 g; Tłuszcz ogółem: 44.99 g; Węglowodany ogółem: 259.19 g; Kw. tł. nasycone: 15.35 g; Sól: 7.04 g; Sód: 2143.19 mg; Błonnik: 27.44 g; W tym cukry: 48.21 g; WW: 26.05 Por; Potas: 2413.22 mg; Wapń: 807.16 mg; Fosfor: 1042.32 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 271.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-01-05		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) b/ml 200ml (JAJ, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, SOJ),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (SOJ),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1296.10 kcal; Białko ogółem: 57.90 g; Tłuszcz ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 172.93 g; Kw. tł. nasycone: 4.58 g; Sól: 0.99 g; Sód: 156.35 mg; Błonnik: 15.15 g; W tym cukry: 11.38 g; WW: 17.39 Por; Potas: 2201.05 mg; Wapń: 74.40 mg; Fosfor: 635.70 mg; Żelazo: 5.85 mg; Magnez: 177.51 mg;

poniedziałek 2026-01-05		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa krem z kalafiora b/soli 300ml (MLE, SEL), Ryż na sypko b/soli 200g , Schab pieczony 100g , Kompot owocowy 250ml , Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret b/soli 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Salata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1827.14 kcal; Białko ogółem: 77.59 g; Tłuszcz ogółem: 33.45 g; Węglowodany ogółem: 268.31 g; Kw. tł. nasycone: 11.67 g; Sól: 4.24 g; Sód: 1034.46 mg; Błonnik: 13.26 g; W tym cukry: 42.88 g; WW: 27.03 Por; Potas: 2593.00 mg; Wapń: 508.29 mg; Fosfor: 959.82 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 189.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU, SEL</i>), Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałatka ryżowa z brokułem i kukurydzą z olejem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa żywiecka 30g ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2366.87 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz ogółem: 64.45 g; Węglowodany ogółem: 302.94 g; Kw. tł. nasycone: 20.36 g; Sól: 6.22 g; Sód: 2266.85 mg; Błonnik: 35.35 g; W tym cukry: 60.85 g; WW: 30.42 Por; Potas: 2993.37 mg; Wapń: 829.18 mg; Fosfor: 1440.56 mg; Żelazo: 11.73 mg; Magnez: 291.22 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU, SEL</i>), Buraczki gotowane 150g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałatka ryżowa z brokułem i kukurydzą z olejem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa żywiecka 30g ,	Posiłek nocny: Kefir 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2079.81 kcal; Białko ogółem: 90.21 g; Tłuszcz ogółem: 57.68 g; Węglowodany ogółem: 267.94 g; Kw. tł. nasycone: 19.16 g; Sól: 6.37 g; Sód: 2377.30 mg; Błonnik: 36.27 g; W tym cukry: 51.50 g; WW: 26.91 Por; Potas: 3265.29 mg; Wapń: 1001.53 mg; Fosfor: 1590.32 mg; Żelazo: 13.02 mg; Magnez: 344.76 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Poledwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 40g (<i>JAJ, GOR</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.84 kcal; Białko ogółem: 77.86 g; Tłuszcz ogółem: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 313.07 g; Kw. tł. nasycone: 10.83 g; Sól: 6.40 g; Sód: 1856.23 mg; Błonnik: 21.23 g; W tym cukry: 45.24 g; WW: 31.55 Por; Potas: 3329.29 mg; Wapń: 504.05 mg; Fosfor: 1012.59 mg; Żelazo: 9.94 mg; Magnez: 274.53 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Poledwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1968.62 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz ogółem: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 305.60 g; Kw. tł. nasycone: 9.12 g; Sól: 6.73 g; Sód: 1873.79 mg; Błonnik: 21.22 g; W tym cukry: 46.64 g; WW: 30.82 Por; Potas: 3372.91 mg; Wapń: 541.38 mg; Fosfor: 1103.18 mg; Żelazo: 10.01 mg; Magnez: 277.96 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Poledwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1782.91 kcal; Białko ogółem: 51.29 g; Tłuszcz ogółem: 41.33 g; Węglowodany ogółem: 256.36 g; Kw. tł. nasycone: 8.76 g; Sól: 4.28 g; Sód: 986.51 mg; Błonnik: 22.51 g; W tym cukry: 22.34 g; WW: 25.82 Por; Potas: 2555.69 mg; Wapń: 148.93 mg; Fosfor: 612.04 mg; Żelazo: 6.88 mg; Magnez: 193.32 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
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>),	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1299.35 kcal; Białko ogółem: 62.09 g; Tłuszcz ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 177.65 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;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 40g , Pasta warzywna 100g (<i>SEL</i>),	Zupa ogórkowa z ziemniakami mix 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem mix 300g (<i>GLU</i>), Buraczki gotowane (papk) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posilek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1839.05 kcal; Białko ogółem: 72.27 g; Tłuszcz ogółem: 36.51 g; Węglowodany ogółem: 266.61 g; Kw. tł. nasycone: 10.12 g; Sól: 4.20 g; Sód: 1491.63 mg; Błonnik: 21.76 g; W tym cukry: 34.70 g; WW: 26.84 Por; Potas: 2931.45 mg; Wapń: 392.89 mg; Fosfor: 999.79 mg; Żelazo: 9.60 mg; Magnez: 233.19 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (<i>JAJ</i>), Twaróg 100g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Polędwica miodowa drobiowa 80g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posilek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2182.47 kcal; Białko ogółem: 113.17 g; Tłuszcz ogółem: 52.52 g; Węglowodany ogółem: 274.77 g; Kw. tł. nasycone: 14.33 g; Sól: 9.27 g; Sód: 1898.24 mg; Błonnik: 19.57 g; W tym cukry: 39.32 g; WW: 27.75 Por; Potas: 3216.27 mg; Wapń: 569.07 mg; Fosfor: 1266.88 mg; Żelazo: 9.76 mg; Magnez: 268.85 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Miód szukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem 300g (<i>GLU</i>), Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 50g ,
		Posilek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1974.25 kcal; Białko ogółem: 73.33 g; Tłuszcz ogółem: 39.58 g; Węglowodany ogółem: 289.67 g; Kw. tł. nasycone: 11.13 g; Sól: 5.33 g; Sód: 1444.78 mg; Błonnik: 16.10 g; W tym cukry: 27.93 g; WW: 29.19 Por; Potas: 2572.47 mg; Wapń: 414.47 mg; Fosfor: 945.56 mg; Żelazo: 7.29 mg; Magnez: 218.75 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Miód szukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Risotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) z kurczakiem 300g (<i>SEL</i>), Sos pomidorowy b/glu 70ml , Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posilek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1941.59 kcal; Białko ogółem: 61.16 g; Tłuszcz ogółem: 45.95 g; Węglowodany ogółem: 275.03 g; Kw. tł. nasycone: 9.89 g; Sól: 4.61 g; Sód: 1116.21 mg; Błonnik: 20.65 g; W tym cukry: 34.67 g; WW: 27.67 Por; Potas: 2835.03 mg; Wapń: 433.34 mg; Fosfor: 797.75 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 206.60 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i kurczakiem 300g (<i>GLU, SEL</i>), Sos pieczarkowy b/ml 100ml (<i>GLU</i>), Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Salátka ryżowa z brokulem i kukurydzą z olejem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,		

Wartości odżywcze: Kcal: 1725.11 kcal; Białko ogółem: 62.82 g; Tłuszcz ogółem: 62.28 g; Węglowodany ogółem: 247.73 g; Kw. tł. nasycone: 12.81 g; Sól: 5.55 g; Sód: 1491.14 mg; Błonnik: 31.89 g; W tym cukry: 41.34 g; WW: 24.93 Por; Potas: 2965.44 mg; Wapń: 234.25 mg; Fosfor: 1018.51 mg; Żelazo: 10.85 mg; Magnez: 273.57 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Hummus 0.5szt (<i>SEZ</i>), Miód szukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>SEL</i>), Kaszotto z warzywami i cieciorą (węge) 300g (<i>GLU, SEL</i>), Sos pieczarkowy 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Salátka ryżowa z brokulem i kukurydzą z olejem 100g ,
		Posilek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2086.85 kcal; Białko ogółem: 56.15 g; Tłuszcz ogółem: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 304.53 g; Kw. tł. nasycone: 11.26 g; Sól: 3.68 g; Sód: 1154.10 mg; Błonnik: 33.77 g; W tym cukry: 39.62 g; WW: 30.65 Por; Potas: 2975.34 mg; Wapń: 482.24 mg; Fosfor: 953.04 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 253.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn		
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,		Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,		Płynna g.budyniu (zupa+jajko) b/ml 200ml (JAJ, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Kasza manna na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, SOJ),		Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (SOJ),			

Wartości odżywcze: Kcal: 1296.10 kcal; Białko ogółem: 57.90 g; Tłuszcz ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 172.93 g; Kw. tł. nasycone: 4.58 g; Sól: 0.99 g; Sód: 156.35 mg; Błonnik: 15.15 g; W tym cukry: 11.38 g; WW: 17.39 Por; Potas: 2201.05 mg; Wapń: 74.40 mg; Fosfor: 635.70 mg; Żelazo: 5.85 mg; Magnez: 177.51 mg;

wtorek 2026-01-06			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami b/soli 300ml (SEL), Kaszotto z warzywami (b/brokula i kalafiora) i kurczakiem b/soli 300g (GLU), Buraczki gotowane 100g , Kompot owocowy 250ml ,		Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka b/soli 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	
				Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1948.64 kcal; Białko ogółem: 73.49 g; Tłuszcz ogółem: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 298.13 g; Kw. tł. nasycone: 10.52 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1155.61 mg; Błonnik: 19.73 g; W tym cukry: 37.94 g; WW: 30.07 Por; Potas: 3227.29 mg; Wapń: 455.32 mg; Fosfor: 971.11 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 220.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU, MLE), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Galaretka owocowa 200g ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2089.12 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz ogółem: 51.03 g; Węglowodany ogółem: 293.55 g; Kw. tł. nasycone: 15.93 g; Sól: 7.80 g; Sód: 2562.21 mg; Błonnik: 35.47 g; W tym cukry: 55.72 g; WW: 29.46 Por; Potas: 3991.31 mg; Wapń: 459.47 mg; Fosfor: 1230.93 mg; Żelazo: 11.70 mg; Magnez: 358.47 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ser topiony 1szt (MLE), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 20g (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2029.33 kcal; Białko ogółem: 79.69 g; Tłuszcz ogółem: 54.16 g; Węglowodany ogółem: 273.52 g; Kw. tł. nasycone: 18.90 g; Sól: 7.63 g; Sód: 2735.76 mg; Błonnik: 36.02 g; W tym cukry: 45.79 g; WW: 27.47 Por; Potas: 4123.91 mg; Wapń: 702.66 mg; Fosfor: 1468.46 mg; Żelazo: 12.39 mg; Magnez: 397.44 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Galaretka owocowa 200g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU, MLE), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1908.99 kcal; Białko ogółem: 74.91 g; Tłuszcz ogółem: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 297.67 g; Kw. tł. nasycone: 10.19 g; Sól: 5.31 g; Sód: 1319.75 mg; Błonnik: 23.69 g; W tym cukry: 34.83 g; WW: 30.06 Por; Potas: 3759.79 mg; Wapń: 384.52 mg; Fosfor: 971.65 mg; Żelazo: 9.36 mg; Magnez: 242.37 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Galaretka owocowa 200g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU, MLE), Ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 90g , Sałata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1804.59 kcal; Białko ogółem: 75.95 g; Tłuszcz ogółem: 32.35 g; Węglowodany ogółem: 287.88 g; Kw. tł. nasycone: 8.04 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1319.75 mg; Błonnik: 23.69 g; W tym cukry: 34.83 g; WW: 29.06 Por; Potas: 3759.79 mg; Wapń: 384.52 mg; Fosfor: 971.65 mg; Żelazo: 9.36 mg; Magnez: 242.37 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Banan 1szt , Galaretka owocowa 200g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos marchewkowy zabieleny 70ml (GLU, MLE), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1833.26 kcal; Białko ogółem: 51.04 g; Tłuszcz ogółem: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 291.79 g; Kw. tł. nasycone: 8.66 g; Sól: 2.29 g; Sód: 291.07 mg; Błonnik: 26.44 g; W tym cukry: 59.68 g; WW: 29.51 Por; Potas: 3643.65 mg; Wapń: 163.86 mg; Fosfor: 607.81 mg; Żelazo: 6.02 mg; Magnez: 217.21 mg;

środa 2026-01-07 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),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 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 2026-01-07 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z płatkami owsianymi (papka) 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z mięsa drobiowego 50g , Banan 1szt ,	Zupa dyniowa z ziemniakami (papka) 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem (papka) 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze (papka) 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 70ml (GLU), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2053.07 kcal; Białko ogółem: 73.28 g; Tłuszcz ogółem: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 328.10 g; Kw. tł. nasycone: 9.35 g; Sól: 3.17 g; Sód: 1168.57 mg; Błonnik: 26.79 g; W tym cukry: 69.28 g; WW: 33.20 Por; Potas: 4422.43 mg; Wapń: 419.02 mg; Fosfor: 1128.51 mg; Żelazo: 10.65 mg; Magnez: 338.45 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z jogurtem 100g (MLE), Szynka delikatna z fileta 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Banan 1szt , Galaretki owocowa 200g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 2 szt 200g (GLU, JAJ), Sos marchewkowy zabielały 70ml (GLU, MLE), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Polędwica ani drobiowa 80g (SOJ), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2416.29 kcal; Białko ogółem: 115.80 g; Tłuszcz ogółem: 49.73 g; Węglowodany ogółem: 339.58 g; Kw. tł. nasycone: 13.65 g; Sól: 6.84 g; Sód: 1483.78 mg; Błonnik: 26.24 g; W tym cukry: 73.07 g; WW: 34.35 Por; Potas: 4624.85 mg; Wapń: 478.61 mg; Fosfor: 1403.31 mg; Żelazo: 10.54 mg; Magnez: 334.87 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Galaretki owocowa 200g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos marchewkowy zabielały 70ml (GLU, MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1999.26 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz ogółem: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 320.46 g; Kw. tł. nasycone: 8.45 g; Sól: 4.75 g; Sód: 1255.47 mg; Błonnik: 22.37 g; W tym cukry: 64.75 g; WW: 32.42 Por; Potas: 3878.57 mg; Wapń: 359.25 mg; Fosfor: 928.41 mg; Żelazo: 8.97 mg; Magnez: 285.25 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Galaretki owocowa 200g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glu 100g (JAJ), Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem 100g (MLE, SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1881.55 kcal; Białko ogółem: 59.51 g; Tłuszcz ogółem: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 297.02 g; Kw. tł. nasycone: 7.71 g; Sól: 2.74 g; Sód: 290.75 mg; Błonnik: 26.14 g; W tym cukry: 65.76 g; WW: 30.02 Por; Potas: 3763.33 mg; Wapń: 323.05 mg; Fosfor: 699.57 mg; Żelazo: 5.74 mg; Magnez: 225.61 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatesowa drobiowa 60g , Ketchup 30g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ogórek kiszony 100g , Galaretki owocowa 200g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Ziemniaki z koperkiem 200g , Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Banan 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1978.67 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz ogółem: 67.30 g; Węglowodany ogółem: 283.63 g; Kw. tł. nasycone: 17.43 g; Sól: 8.30 g; Sód: 2555.58 mg; Błonnik: 32.63 g; W tym cukry: 71.91 g; WW: 28.61 Por; Potas: 4265.44 mg; Wapń: 241.75 mg; Fosfor: 1013.11 mg; Żelazo: 10.93 mg; Magnez: 368.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-07			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony 100g , Galaretka owocowa 200g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet jajeczny smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (<i>RYB, SEL</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor 90g ,	
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1885.79 kcal; Białko ogółem: 52.89 g; Tłuszcz ogółem: 53.27 g; Węglowodany ogółem: 266.10 g; Kw. tł. nasycone: 23.61 g; Sól: 6.11 g; Sód: 2239.98 mg; Błonnik: 31.45 g; W tym cukry: 33.74 g; WW: 26.76 Por; Potas: 3349.55 mg; Wapń: 408.07 mg; Fosfor: 983.09 mg; Żelazo: 9.59 mg; Magnez: 307.78 mg;

środa 2026-01-07			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyń
Płynna g.budyń (zupa+mięso) b/ml 200ml (<i>SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,	Płynna g.budyń (zupa+mięso) b/ml 200ml (<i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyń (zupa+jajko) b/ml 200ml (<i>JAJ, SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,	
II Śniadanie: Kasza manna na mleku roślinnym mix g.budyń z musem 200ml (<i>GLU, SOJ</i>),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku roślinnym mix g.budyń z musem 200ml (<i>SOJ</i>),		

Wartości odżywcze: Kcal: 1296.10 kcal; Białko ogółem: 57.90 g; Tłuszcz ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 172.93 g; Kw. tł. nasycone: 4.58 g; Sól: 0.99 g; Sód: 156.35 mg; Błonnik: 15.15 g; W tym cukry: 11.38 g; WW: 17.39 Por; Potas: 2201.05 mg; Wapń: 74.40 mg; Fosfor: 635.70 mg; Żelazo: 5.85 mg; Magnez: 177.51 mg;

środa 2026-01-07			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Galaretka owocowa 200g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kopytka ziemniaczane 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos marchewkowy zabieleny b/soli 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selera, jabłkiem i jogurtem b/soli 100g (<i>MLE, SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) b/soli 60g (<i>RYB, SEL</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.94 kcal; Białko ogółem: 86.44 g; Tłuszcz ogółem: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 351.44 g; Kw. tł. nasycone: 9.13 g; Sól: 5.19 g; Sód: 1235.11 mg; Błonnik: 24.84 g; W tym cukry: 69.85 g; WW: 35.52 Por; Potas: 4103.00 mg; Wapń: 385.45 mg; Fosfor: 1028.09 mg; Żelazo: 9.11 mg; Magnez: 302.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Papryka świeża 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki 200g , Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyńska wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2216.14 kcal; Białko ogółem: 87.63 g; Tłuszcz ogółem: 46.53 g; Węglowodany ogółem: 307.80 g; Kw. tł. nasycone: 16.75 g; Sól: 6.39 g; Sód: 1597.04 mg; Błonnik: 36.67 g; W tym cukry: 55.26 g; WW: 30.93 Por; Potas: 3650.40 mg; Wapń: 715.55 mg; Fosfor: 1220.38 mg; Żelazo: 11.60 mg; Magnez: 286.53 mg;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Papryka świeża 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyńska wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1992.66 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz ogółem: 42.73 g; Węglowodany ogółem: 275.83 g; Kw. tł. nasycone: 14.94 g; Sól: 7.20 g; Sód: 1700.32 mg; Błonnik: 36.50 g; W tym cukry: 44.81 g; WW: 27.75 Por; Potas: 3634.90 mg; Wapń: 798.31 mg; Fosfor: 1341.98 mg; Żelazo: 12.01 mg; Magnez: 314.57 mg;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2173.19 kcal; Białko ogółem: 79.27 g; Tłuszcz ogółem: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 315.63 g; Kw. tł. nasycone: 20.51 g; Sól: 6.76 g; Sód: 1876.64 mg; Błonnik: 18.16 g; W tym cukry: 27.99 g; WW: 31.83 Por; Potas: 2937.50 mg; Wapń: 347.58 mg; Fosfor: 834.56 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 227.56 mg;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2068.79 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz ogółem: 47.37 g; Węglowodany ogółem: 305.84 g; Kw. tł. nasycone: 18.36 g; Sól: 6.75 g; Sód: 1876.64 mg; Błonnik: 18.16 g; W tym cukry: 27.99 g; WW: 30.83 Por; Potas: 2937.50 mg; Wapń: 347.58 mg; Fosfor: 834.56 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 227.56 mg;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1825.57 kcal; Białko ogółem: 54.56 g; Tłuszcz ogółem: 50.26 g; Węglowodany ogółem: 241.49 g; Kw. tł. nasycone: 18.92 g; Sól: 4.24 g; Sód: 1049.94 mg; Błonnik: 20.10 g; W tym cukry: 17.97 g; WW: 24.30 Por; Potas: 2422.80 mg; Wapń: 131.58 mg; Fosfor: 495.76 mg; Żelazo: 5.26 mg; Magnez: 160.06 mg;

czwartek 2026-01-08 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),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 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;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną (papka) 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z mięsa drobiowego 40g , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (<i>SEL</i>),	Rosół z makaronem mix 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą mix 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki puree 200g , Kalafior gotowany na parze mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (<i>SEL</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2206.92 kcal; Białko ogółem: 79.49 g; Tłuszcz ogółem: 60.02 g; Węglowodany ogółem: 298.70 g; Kw. tł. nasycone: 21.67 g; Sól: 3.70 g; Sód: 1340.78 mg; Błonnik: 24.82 g; W tym cukry: 33.91 g; WW: 30.10 Por; Potas: 3290.79 mg; Wapń: 407.98 mg; Fosfor: 981.07 mg; Żelazo: 9.06 mg; Magnez: 226.86 mg;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 80g (<i>SOJ, MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 80g (<i>MLE</i>),	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 2 szt 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2688.90 kcal; Białko ogółem: 130.92 g; Tłuszcz ogółem: 85.69 g; Węglowodany ogółem: 307.87 g; Kw. tł. nasycone: 37.05 g; Sól: 10.12 g; Sód: 2493.78 mg; Błonnik: 19.44 g; W tym cukry: 39.07 g; WW: 30.97 Por; Potas: 3689.70 mg; Wapń: 613.66 mg; Fosfor: 1316.26 mg; Żelazo: 9.94 mg; Magnez: 280.95 mg;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2140.27 kcal; Białko ogółem: 77.32 g; Tłuszcz ogółem: 54.96 g; Węglowodany ogółem: 291.38 g; Kw. tł. nasycone: 23.71 g; Sól: 5.54 g; Sód: 1587.97 mg; Błonnik: 15.98 g; W tym cukry: 25.46 g; WW: 29.33 Por; Potas: 2636.85 mg; Wapń: 338.12 mg; Fosfor: 820.40 mg; Żelazo: 7.35 mg; Magnez: 197.77 mg;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 50g (<i>SOJ, MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (<i>SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą b/glu 100g (<i>JAJ</i>), Sos pomidorowy b/glu 60ml , Ryż na sypko 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2172.46 kcal; Białko ogółem: 65.90 g; Tłuszcz ogółem: 61.83 g; Węglowodany ogółem: 290.64 g; Kw. tł. nasycone: 24.34 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1155.68 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 24.79 g; WW: 29.14 Por; Potas: 1771.39 mg; Wapń: 326.06 mg; Fosfor: 668.40 mg; Żelazo: 5.22 mg; Magnez: 143.56 mg;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Szyunka delikatesowa drobiowa 40g , Papryka świeża 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Szyunka wieprzowa z liściem 20g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1865.60 kcal; Białko ogółem: 70.73 g; Tłuszcz ogółem: 54.40 g; Węglowodany ogółem: 284.13 g; Kw. tł. nasycone: 13.88 g; Sól: 4.66 g; Sód: 1059.55 mg; Błonnik: 33.13 g; W tym cukry: 47.36 g; WW: 28.55 Por; Potas: 3254.04 mg; Wapń: 190.29 mg; Fosfor: 777.26 mg; Żelazo: 10.12 mg; Magnez: 227.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-01-08		Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 60g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Papryka świeża 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Tofu w plasterkach 100g (<i>SOJ</i>), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1928.91 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz ogółem: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 272.41 g; Kw. tł. nasycone: 17.35 g; Sól: 4.28 g; Sód: 1583.66 mg; Błonnik: 29.31 g; W tym cukry: 35.21 g; WW: 27.43 Por; Potas: 2849.60 mg; Wapń: 853.45 mg; Fosfor: 1180.74 mg; Żelazo: 8.39 mg; Magnez: 240.98 mg;

czwartek 2026-01-08		Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (<i>SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (<i>SEL</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) b/ml 200ml (<i>JAJ, SEL</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (<i>GLU, SOJ</i>),	Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (<i>SOJ</i>),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1296.10 kcal; Białko ogółem: 57.90 g; Tłuszcz ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 172.93 g; Kw. tł. nasycone: 4.58 g; Sól: 0.99 g; Sód: 156.35 mg; Błonnik: 15.15 g; W tym cukry: 11.38 g; WW: 17.39 Por; Potas: 2201.05 mg; Wapń: 74.40 mg; Fosfor: 635.70 mg; Żelazo: 5.85 mg; Magnez: 177.51 mg;

czwartek 2026-01-08		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 50g (<i>SOJ, MLE</i>), Salata masłowa 20g ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Gołąbek z ryżem bez zawijania z kapustą b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Kalafior gotowany na parze b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2142.24 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz ogółem: 47.88 g; Węglowodany ogółem: 307.04 g; Kw. tł. nasycone: 20.49 g; Sól: 5.32 g; Sód: 1175.24 mg; Błonnik: 18.22 g; W tym cukry: 28.45 g; WW: 30.97 Por; Potas: 2892.10 mg; Wapń: 339.18 mg; Fosfor: 815.96 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 188.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka kajzerka 1szt (GLU, SOJ, MLE), Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba smażona w panierce (miruna) 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki 200g, Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 60g (MLE), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Śliwki 2szt ,	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 50g (GLU, JAJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2223.04 kcal; Białko ogółem: 86.78 g; Tłuszcz ogółem: 54.41 g; Węglowodany ogółem: 306.93 g; Kw. tł. nasycone: 14.22 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1402.03 mg; Błonnik: 30.10 g; W tym cukry: 65.61 g; WW: 30.78 Por; Potas: 3346.75 mg; Wapń: 614.46 mg; Fosfor: 1007.55 mg; Żelazo: 9.27 mg; Magnez: 241.93 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka grahamka 1szt (GLU), Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Serek wiejski 60g (MLE), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Śliwki 2szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1736.18 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz ogółem: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 259.79 g; Kw. tł. nasycone: 9.48 g; Sól: 5.62 g; Sód: 1834.28 mg; Błonnik: 37.09 g; W tym cukry: 50.12 g; WW: 26.03 Por; Potas: 3819.21 mg; Wapń: 629.06 mg; Fosfor: 1217.91 mg; Żelazo: 11.79 mg; Magnez: 327.20 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata czarna b/c 250ml , Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Banan 1szt , Ciasto drożdżowe 50g (GLU, JAJ, MLE),	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2045.78 kcal; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz ogółem: 28.70 g; Węglowodany ogółem: 324.59 g; Kw. tł. nasycone: 12.43 g; Sól: 4.66 g; Sód: 1289.42 mg; Błonnik: 21.19 g; W tym cukry: 90.91 g; WW: 32.81 Por; Potas: 3540.04 mg; Wapń: 543.35 mg; Fosfor: 895.34 mg; Żelazo: 7.74 mg; Magnez: 257.37 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: U. Wątrobowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE), Banan 1szt ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1873.02 kcal; Białko ogółem: 83.41 g; Tłuszcz ogółem: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 303.76 g; Kw. tł. nasycone: 8.75 g; Sól: 5.16 g; Sód: 1219.92 mg; Błonnik: 20.44 g; W tym cukry: 92.14 g; WW: 30.67 Por; Potas: 3502.64 mg; Wapń: 530.95 mg; Fosfor: 878.84 mg; Żelazo: 7.45 mg; Magnez: 255.97 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Twaróg 60g (MLE), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1513.72 kcal; Białko ogółem: 54.28 g; Tłuszcz ogółem: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 224.01 g; Kw. tł. nasycone: 7.37 g; Sól: 2.37 g; Sód: 204.31 mg; Błonnik: 20.93 g; W tym cukry: 23.44 g; WW: 22.60 Por; Potas: 2058.62 mg; Wapń: 169.97 mg; Fosfor: 418.31 mg; Żelazo: 3.73 mg; Magnez: 103.11 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
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),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 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;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata b/c 250ml , Zupa ml. z makaronem (papką) 300ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna 100g (SEL),	Zupa selerowa z ryżem mix 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterkiem cytryny i koperkiem mix 100g (RYB), Ziemniaki (papką) 200g , Cukinia gotowana na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Pasta warzywna 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1942.02 kcal; Białko ogółem: 74.94 g; Tłuszcz ogółem: 47.08 g; Węglowodany ogółem: 264.46 g; Kw. tł. nasycone: 27.50 g; Sól: 3.64 g; Sód: 1388.13 mg; Błonnik: 21.62 g; W tym cukry: 34.27 g; WW: 26.61 Por; Potas: 2735.21 mg; Wapń: 449.59 mg; Fosfor: 829.25 mg; Żelazo: 6.85 mg; Magnez: 195.90 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku 300ml (SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Kefir 150g 1szt (MLE),	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterkiem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 80g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 80g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1988.46 kcal; Białko ogółem: 109.40 g; Tłuszcz ogółem: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 262.95 g; Kw. tł. nasycone: 14.28 g; Sól: 7.77 g; Sód: 1468.05 mg; Błonnik: 17.40 g; W tym cukry: 62.76 g; WW: 26.55 Por; Potas: 3067.96 mg; Wapń: 804.01 mg; Fosfor: 1124.68 mg; Żelazo: 7.01 mg; Magnez: 218.47 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterkiem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Serek wiejski 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1647.71 kcal; Białko ogółem: 78.56 g; Tłuszcz ogółem: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 230.92 g; Kw. tł. nasycone: 9.09 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1130.96 mg; Błonnik: 12.39 g; W tym cukry: 39.15 g; WW: 23.28 Por; Potas: 2223.45 mg; Wapń: 474.23 mg; Fosfor: 770.40 mg; Żelazo: 5.66 mg; Magnez: 164.63 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jablko 1szt ,	Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterkiem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1740.63 kcal; Białko ogółem: 65.15 g; Tłuszcz ogółem: 34.50 g; Węglowodany ogółem: 248.09 g; Kw. tł. nasycone: 9.66 g; Sól: 2.77 g; Sód: 463.79 mg; Błonnik: 24.15 g; W tym cukry: 60.76 g; WW: 24.94 Por; Potas: 2698.80 mg; Wapń: 494.79 mg; Fosfor: 684.05 mg; Żelazo: 4.85 mg; Magnez: 155.81 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa selerowa z ryżem b/ml 300ml (SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterkiem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z mięsa drobiowego 60g , Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jablko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1591.97 kcal; Białko ogółem: 70.56 g; Tłuszcz ogółem: 48.05 g; Węglowodany ogółem: 238.56 g; Kw. tł. nasycone: 10.17 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1345.78 mg; Błonnik: 34.38 g; W tym cukry: 43.06 g; WW: 23.94 Por; Potas: 3302.76 mg; Wapń: 237.26 mg; Fosfor: 757.10 mg; Żelazo: 9.53 mg; Magnez: 228.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-01-09			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Herbata czarna b/c 250ml , Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Rzodkiewka biała 100g ,			Zupa selerowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszonej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
			Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1907.02 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz ogółem: 52.10 g; Węglowodany ogółem: 232.70 g; Kw. tł. nasycone: 26.19 g; Sól: 5.21 g; Sód: 1994.19 mg; Błonnik: 28.27 g; W tym cukry: 47.72 g; WW: 23.27 Por; Potas: 3163.92 mg; Wapń: 913.31 mg; Fosfor: 1237.59 mg; Żelazo: 9.08 mg; Magnez: 258.37 mg;

piątek 2026-01-09			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,			Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, SOJ),			Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (SOJ),
			Płynna g.budyniu (zupa+jajko) b/ml 200ml (JAJ, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1296.10 kcal; Białko ogółem: 57.90 g; Tłuszcz ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 172.93 g; Kw. tł. nasycone: 4.58 g; Sól: 0.99 g; Sód: 156.35 mg; Błonnik: 15.15 g; W tym cukry: 11.38 g; WW: 17.39 Por; Potas: 2201.05 mg; Wapń: 74.40 mg; Fosfor: 635.70 mg; Żelazo: 5.85 mg; Magnez: 177.51 mg;

piątek 2026-01-09			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Herbata czarna b/c 250ml , Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE),			Zupa selerowa z ryżem b/soli 300ml (MLE, SEL, S02), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem b/soli 100g (RYB), Ziemniaki b/soli 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 40g (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry 100g ,
			Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1824.76 kcal; Białko ogółem: 80.88 g; Tłuszcz ogółem: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 267.59 g; Kw. tł. nasycone: 11.07 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1218.79 mg; Błonnik: 17.35 g; W tym cukry: 54.11 g; WW: 26.97 Por; Potas: 2743.40 mg; Wapń: 524.39 mg; Fosfor: 843.55 mg; Żelazo: 6.81 mg; Magnez: 191.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Naleśniki z serem na słodko 2 szt 300g (GLU, JAJ, MLE), Mus z jabłka 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2300.55 kcal; Białko ogółem: 70.38 g; Tłuszcz ogółem: 63.30 g; Węglowodany ogółem: 306.65 g; Kw. tł. nasycone: 28.87 g; Sól: 6.70 g; Sód: 2266.99 mg; Błonnik: 27.14 g; W tym cukry: 72.06 g; WW: 30.71 Por; Potas: 1832.10 mg; Wapń: 918.90 mg; Fosfor: 1010.54 mg; Żelazo: 7.31 mg; Magnez: 249.01 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pomidor 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki 200g , Surówka Coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ),	Posiłek nocny: Kefir 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.34 kcal; Białko ogółem: 92.62 g; Tłuszcz ogółem: 39.42 g; Węglowodany ogółem: 245.93 g; Kw. tł. nasycone: 17.46 g; Sól: 7.26 g; Sód: 2574.61 mg; Błonnik: 31.73 g; W tym cukry: 49.60 g; WW: 24.64 Por; Potas: 3481.00 mg; Wapń: 1118.18 mg; Fosfor: 1564.75 mg; Żelazo: 9.86 mg; Magnez: 365.58 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Naleśniki z serem na słodko 2 szt 300g (GLU, JAJ, MLE), Mus z jabłka 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2221.37 kcal; Białko ogółem: 72.81 g; Tłuszcz ogółem: 56.40 g; Węglowodany ogółem: 316.01 g; Kw. tł. nasycone: 24.62 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1059.97 mg; Błonnik: 15.06 g; W tym cukry: 63.08 g; WW: 31.81 Por; Potas: 1873.23 mg; Wapń: 648.32 mg; Fosfor: 791.72 mg; Żelazo: 6.81 mg; Magnez: 146.47 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Naleśniki z serem na słodko 2 szt 300g (GLU, JAJ, MLE), Mus z jabłka 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Buraczki gotowane 100g , Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2116.97 kcal; Białko ogółem: 73.85 g; Tłuszcz ogółem: 56.08 g; Węglowodany ogółem: 306.22 g; Kw. tł. nasycone: 22.47 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1059.97 mg; Błonnik: 15.06 g; W tym cukry: 63.08 g; WW: 30.81 Por; Potas: 1873.23 mg; Wapń: 648.32 mg; Fosfor: 791.72 mg; Żelazo: 6.81 mg; Magnez: 146.47 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 40g (SOJ, MLE), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1576.97 kcal; Białko ogółem: 49.61 g; Tłuszcz ogółem: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 238.67 g; Kw. tł. nasycone: 6.86 g; Sól: 2.37 g; Sód: 184.68 mg; Błonnik: 18.64 g; W tym cukry: 23.57 g; WW: 24.06 Por; Potas: 2556.22 mg; Wapń: 145.36 mg; Fosfor: 498.14 mg; Żelazo: 5.44 mg; Magnez: 140.05 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
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),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 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;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Herbata czarna b/c 250ml , Zupa ml. z zacierką (papka) 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) (papka) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki puree 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1849.42 kcal; Białko ogółem: 82.99 g; Tłuszcz ogółem: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 276.38 g; Kw. tł. nasycone: 9.36 g; Sól: 3.49 g; Sód: 1127.84 mg; Błonnik: 23.61 g; W tym cukry: 34.65 g; WW: 27.90 Por; Potas: 3173.16 mg; Wapń: 449.43 mg; Fosfor: 1017.39 mg; Żelazo: 7.85 mg; Magnez: 225.21 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Szynka z indykem 60g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 2 szt 200g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2042.11 kcal; Białko ogółem: 121.05 g; Tłuszcz ogółem: 36.16 g; Węglowodany ogółem: 266.42 g; Kw. tł. nasycone: 11.41 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1158.73 mg; Błonnik: 15.36 g; W tym cukry: 50.88 g; WW: 26.87 Por; Potas: 3672.56 mg; Wapń: 556.58 mg; Fosfor: 1340.27 mg; Żelazo: 8.52 mg; Magnez: 254.76 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL), Dżem szt - 25g 1szt , Melon żółty 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Buraczki gotowane 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE), Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1877.78 kcal; Białko ogółem: 83.29 g; Tłuszcz ogółem: 32.33 g; Węglowodany ogółem: 278.46 g; Kw. tł. nasycone: 9.44 g; Sól: 3.47 g; Sód: 1088.22 mg; Błonnik: 14.96 g; W tym cukry: 50.51 g; WW: 28.05 Por; Potas: 2937.05 mg; Wapń: 518.86 mg; Fosfor: 1043.96 mg; Żelazo: 7.24 mg; Magnez: 214.12 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/mąki 60ml , Ziemniaki 200g , Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1628.20 kcal; Białko ogółem: 63.26 g; Tłuszcz ogółem: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 231.26 g; Kw. tł. nasycone: 6.95 g; Sól: 1.64 g; Sód: 229.22 mg; Błonnik: 18.51 g; W tym cukry: 29.99 g; WW: 23.28 Por; Potas: 2695.54 mg; Wapń: 197.26 mg; Fosfor: 656.70 mg; Żelazo: 5.64 mg; Magnez: 152.33 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g , Banan 1g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) b/ml 300ml (SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (GLU), Ziemniaki 200g , Surówka Coleslaw z białej kapusty z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1832.41 kcal; Białko ogółem: 78.52 g; Tłuszcz ogółem: 50.52 g; Węglowodany ogółem: 284.10 g; Kw. tł. nasycone: 10.89 g; Sól: 5.34 g; Sód: 1741.34 mg; Błonnik: 30.41 g; W tym cukry: 77.78 g; WW: 28.55 Por; Potas: 4070.02 mg; Wapń: 248.55 mg; Fosfor: 1062.52 mg; Żelazo: 9.42 mg; Magnez: 367.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-01-10			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 40g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g , Melon żółty 100g ,			Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g , Surówka Coleslaw z białej kapusty z jogurtem 100g (MLE), Mizeria z jogurtem 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Hummus 40g 0.5szt (SEZ), Buraczki gotowane 100g ,
			Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2084.09 kcal; Białko ogółem: 62.74 g; Tłuszcz ogółem: 41.95 g; Węglowodany ogółem: 291.98 g; Kw. tł. nasycone: 16.84 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1550.13 mg; Błonnik: 35.70 g; W tym cukry: 55.65 g; WW: 29.32 Por; Potas: 3009.43 mg; Wapń: 845.15 mg; Fosfor: 991.10 mg; Żelazo: 9.08 mg; Magnez: 247.81 mg;

sobota 2026-01-10			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,			Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, SOJ),			Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (SOJ),
			Płynna g.budyniu (zupa+jajko) b/ml 200ml (JAJ, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1296.10 kcal; Białko ogółem: 57.90 g; Tłuszcz ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 172.93 g; Kw. tł. nasycone: 4.58 g; Sól: 0.99 g; Sód: 156.35 mg; Błonnik: 15.15 g; W tym cukry: 11.38 g; WW: 17.39 Por; Potas: 2201.05 mg; Wapń: 74.40 mg; Fosfor: 635.70 mg; Żelazo: 5.85 mg; Magnez: 177.51 mg;

sobota 2026-01-10			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,			Zupa jarzynowa z ryżem (kalafior, brokuł) 300ml (MLE, SEL), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (GLU), Ziemniaki b/soli 200g , Mizeria z jogurtem b/soli 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ), Buraczki gotowane 100g ,
			Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1891.02 kcal; Białko ogółem: 86.50 g; Tłuszcz ogółem: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 282.07 g; Kw. tł. nasycone: 11.27 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1093.05 mg; Błonnik: 15.36 g; W tym cukry: 50.06 g; WW: 28.48 Por; Potas: 3275.60 mg; Wapń: 532.85 mg; Fosfor: 1046.92 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 218.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-11 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Pasta z białej fasoli 40g , Ogórek świeży 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Galaretką z owocami 200g , Herbata czarna b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2062.02 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz ogółem: 48.42 g; Węglowodany ogółem: 266.59 g; Kw. tł. nasycone: 21.46 g; Sól: 4.91 g; Sód: 1348.06 mg; Błonnik: 40.31 g; W tym cukry: 66.65 g; WW: 26.69 Por; Potas: 3102.68 mg; Wapń: 528.15 mg; Fosfor: 1021.09 mg; Żelazo: 9.38 mg; Magnez: 251.82 mg;

niedziela 2026-01-11 Jadłospis dla diety: U. Cukrzycowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z białej fasoli 40g , Ogórek świeży 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Galaretką z owocami 200g ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 30g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1978.09 kcal; Białko ogółem: 81.77 g; Tłuszcz ogółem: 47.04 g; Węglowodany ogółem: 251.12 g; Kw. tł. nasycone: 19.29 g; Sól: 5.28 g; Sód: 1521.66 mg; Błonnik: 40.45 g; W tym cukry: 47.87 g; WW: 25.20 Por; Potas: 3008.71 mg; Wapń: 546.55 mg; Fosfor: 1116.93 mg; Żelazo: 10.47 mg; Magnez: 296.24 mg;

niedziela 2026-01-11 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 , Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 100g , Mandarynka 1szt ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek kanapkowy 40g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1994.25 kcal; Białko ogółem: 86.42 g; Tłuszcz ogółem: 48.66 g; Węglowodany ogółem: 266.86 g; Kw. tł. nasycone: 21.31 g; Sól: 7.55 g; Sód: 1918.56 mg; Błonnik: 24.89 g; W tym cukry: 46.72 g; WW: 26.86 Por; Potas: 2783.00 mg; Wapń: 496.87 mg; Fosfor: 865.68 mg; Żelazo: 7.28 mg; Magnez: 232.77 mg;

niedziela 2026-01-11 Jadłospis dla diety: U. Wątrobową		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 50g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 100g , Mandarynka 1szt ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek kanapkowy 50g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1907.64 kcal; Białko ogółem: 86.72 g; Tłuszcz ogółem: 51.39 g; Węglowodany ogółem: 248.52 g; Kw. tł. nasycone: 21.64 g; Sól: 7.29 g; Sód: 1958.16 mg; Błonnik: 24.89 g; W tym cukry: 46.86 g; WW: 24.97 Por; Potas: 2789.60 mg; Wapń: 502.37 mg; Fosfor: 877.98 mg; Żelazo: 7.30 mg; Magnez: 233.57 mg;

niedziela 2026-01-11 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (GLU, MLE), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka z piersią indyczą 40g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1603.53 kcal; Białko ogółem: 52.82 g; Tłuszcz ogółem: 33.92 g; Węglowodany ogółem: 230.63 g; Kw. tł. nasycone: 9.36 g; Sól: 4.22 g; Sód: 906.68 mg; Błonnik: 26.95 g; W tym cukry: 23.55 g; WW: 23.19 Por; Potas: 1967.82 mg; Wapń: 145.35 mg; Fosfor: 398.44 mg; Żelazo: 4.18 mg; Magnez: 135.17 mg;

niedziela 2026-01-11 Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyn		
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),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1393.35 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 192.65 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;

niedziela 2026-01-11 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z mięsa drobiowego 40g , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (<i>SEL</i>),	Zupa dyniowa z ziemniakami (papka) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Schab gotowany na parze - rozdrobniony 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kasza bulgur (papka) 200g (<i>GLU</i>), Marchewka gotowana na parze papka 100g , Brokuł gotowany na parze (papka) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 40g , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (<i>SEL</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1846.50 kcal; Białko ogółem: 79.06 g; Tłuszcz ogółem: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 265.12 g; Kw. tł. nasycone: 10.31 g; Sól: 3.61 g; Sód: 1212.75 mg; Błonnik: 33.93 g; W tym cukry: 43.34 g; WW: 26.73 Por; Potas: 3101.56 mg; Wapń: 551.43 mg; Fosfor: 980.14 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 217.25 mg;

niedziela 2026-01-11 Jadłospis dla diety: U. Bogatobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńska wieprzowa z liściem 80g (<i>GLU, SOJ</i>), Ser żółty 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńska delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (<i>SEL</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2328.71 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz ogółem: 76.67 g; Węglowodany ogółem: 248.24 g; Kw. tł. nasycone: 36.03 g; Sól: 9.16 g; Sód: 2097.11 mg; Błonnik: 27.16 g; W tym cukry: 44.94 g; WW: 24.96 Por; Potas: 2940.83 mg; Wapń: 1166.65 mg; Fosfor: 1326.81 mg; Żelazo: 8.08 mg; Magnez: 223.65 mg;

niedziela 2026-01-11 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńska wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (<i>SEL</i>), Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (<i>GLU, MLE</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńska delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (<i>SEL</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1789.71 kcal; Białko ogółem: 85.09 g; Tłuszcz ogółem: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 250.40 g; Kw. tł. nasycone: 9.80 g; Sól: 5.67 g; Sód: 1117.14 mg; Błonnik: 25.72 g; W tym cukry: 40.05 g; WW: 25.22 Por; Potas: 2495.10 mg; Wapń: 464.33 mg; Fosfor: 806.76 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 183.95 mg;

niedziela 2026-01-11 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńska z indykami 60g (<i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy b/mąki 70ml , Ryż na sypko 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńska delikatna z fileta 40g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (<i>SEL</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1618.47 kcal; Białko ogółem: 55.81 g; Tłuszcz ogółem: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 230.91 g; Kw. tł. nasycone: 7.30 g; Sól: 4.93 g; Sód: 942.06 mg; Błonnik: 21.86 g; W tym cukry: 24.28 g; WW: 23.18 Por; Potas: 2187.37 mg; Wapń: 161.77 mg; Fosfor: 507.49 mg; Żelazo: 5.05 mg; Magnez: 152.27 mg;

niedziela 2026-01-11 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Szyńska wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami b/mleka 300ml (<i>SEL</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy b/ml 100ml (<i>GLU</i>), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szyńska delikatesowa drobiowa 20g , Pasta z białej fasoli 40g , Ogórek świeży 100g , Galaretką z owocami 200g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1801.93 kcal; Białko ogółem: 68.03 g; Tłuszcz ogółem: 54.44 g; Węglowodany ogółem: 249.19 g; Kw. tł. nasycone: 12.43 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1077.94 mg; Błonnik: 40.16 g; W tym cukry: 52.77 g; WW: 24.96 Por; Potas: 2632.74 mg; Wapń: 210.00 mg; Fosfor: 706.41 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 200.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-01-11			Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka biała 100g ,			Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Leczo warzywne z cukinią 150g (GLU, SEL), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z białej fasoli 60g , Ogórek świeży 100g ,
			Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1904.84 kcal; Białko ogółem: 62.01 g; Tłuszcz ogółem: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 272.99 g; Kw. tł. nasycone: 13.61 g; Sól: 4.63 g; Sód: 1662.26 mg; Błonnik: 46.72 g; W tym cukry: 50.39 g; WW: 27.40 Por; Potas: 2956.60 mg; Wapń: 880.53 mg; Fosfor: 1088.57 mg; Żelazo: 10.21 mg; Magnez: 274.94 mg;

niedziela 2026-01-11			Jadłospis dla diety: U. Płynna b/ml g.budyn
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,			Płynna g.budyniu (zupa+mięso) b/ml 200ml (SEL), Kompot owocowy 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (GLU, SOJ),			Podwieczorek: Kasza jaglana na mleku roślinnym mix g.budyniu z musem 200ml (SOJ),
			Płynna g.budyniu (zupa+jajko) b/ml 200ml (JAJ, SEL), Herbata czarna b/c 250ml ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1296.10 kcal; Białko ogółem: 57.90 g; Tłuszcz ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 172.93 g; Kw. tł. nasycone: 4.58 g; Sól: 0.99 g; Sód: 156.35 mg; Błonnik: 15.15 g; W tym cukry: 11.38 g; WW: 17.39 Por; Potas: 2201.05 mg; Wapń: 74.40 mg; Fosfor: 635.70 mg; Żelazo: 5.85 mg; Magnez: 177.51 mg;

niedziela 2026-01-11			Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 50g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,			Zupa dyniowa z ziemniakami b/soli 300ml (MLE, SEL), Rolada z szynki wp z marchewką gotowana na parze 100g , Sos koperkowy (zabielany) b/soli 70ml (GLU, MLE), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,
			Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (SEL), Marchewka gotowana na parze 100g ,
			Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1g (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1855.22 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz ogółem: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 268.77 g; Kw. tł. nasycone: 11.48 g; Sól: 5.88 g; Sód: 1164.19 mg; Błonnik: 28.54 g; W tym cukry: 45.96 g; WW: 27.10 Por; Potas: 2920.75 mg; Wapń: 485.93 mg; Fosfor: 832.13 mg; Żelazo: 7.41 mg; Magnez: 197.85 mg;