

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Schab gotowany na parze 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser topiony 1szt (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>),
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1987.93 kcal; Białko ogółem: 83.37 g; Tłuszcz ogółem: 62.10 g; Węglowodany ogółem: 267.92 g; Kw. tł. nasycone: 14.87 g; Sól: 7.46 g; Sód: 1926.91 mg; Błonnik: 33.98 g; W tym cukry: 61.83 g; WW: 26.94 Por; Potas: 3955.47 mg; Wapń: 604.64 mg; Fosfor: 1233.27 mg; Żelazo: 10.83 mg; Magnez: 327.62 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Schab gotowany na parze 100g , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser topiony 1szt (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g , Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>),
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Orzechy włoskie 5szt (<i>OZI</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1975.68 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz ogółem: 50.10 g; Węglowodany ogółem: 260.85 g; Kw. tł. nasycone: 14.08 g; Sól: 7.51 g; Sód: 1983.86 mg; Błonnik: 37.33 g; W tym cukry: 53.10 g; WW: 26.25 Por; Potas: 4143.37 mg; Wapń: 628.59 mg; Fosfor: 1404.87 mg; Żelazo: 12.41 mg; Magnez: 387.42 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Bułka pszenna krojona 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Schab gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1970.99 kcal; Białko ogółem: 87.30 g; Tłuszcz ogółem: 57.13 g; Węglowodany ogółem: 288.29 g; Kw. tł. nasycone: 11.17 g; Sól: 7.72 g; Sód: 2024.88 mg; Błonnik: 21.76 g; W tym cukry: 43.37 g; WW: 29.13 Por; Potas: 3530.73 mg; Wapń: 527.00 mg; Fosfor: 1099.75 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 268.53 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Bułka pszenna krojona 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Schab gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1866.59 kcal; Białko ogółem: 88.44 g; Tłuszcz ogółem: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 278.40 g; Kw. tł. nasycone: 9.02 g; Sól: 7.74 g; Sód: 2035.88 mg; Błonnik: 21.76 g; W tym cukry: 43.37 g; WW: 28.13 Por; Potas: 3546.73 mg; Wapń: 532.00 mg; Fosfor: 1100.75 mg; Żelazo: 8.37 mg; Magnez: 270.53 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 30g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Schab gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1728.97 kcal; Białko ogółem: 59.52 g; Tłuszcz ogółem: 59.33 g; Węglowodany ogółem: 248.95 g; Kw. tł. nasycone: 10.67 g; Sól: 4.40 g; Sód: 1025.30 mg; Błonnik: 21.23 g; W tym cukry: 36.31 g; WW: 25.14 Por; Potas: 3183.28 mg; Wapń: 461.72 mg; Fosfor: 819.99 mg; Żelazo: 5.35 mg; Magnez: 209.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g (<i>SEL</i>), Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml mix 300ml (<i>SEL</i>), Schab gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g ,	Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser topiony 1szt (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g (<i>SEL</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1929.04 kcal; Białko ogółem: 82.40 g; Tłuszcz ogółem: 56.75 g; Węglowodany ogółem: 283.00 g; Kw. tł. nasycone: 14.82 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1311.76 mg; Błonnik: 24.24 g; W tym cukry: 49.17 g; WW: 28.64 Por; Potas: 3717.53 mg; Wapń: 634.36 mg; Fosfor: 1174.74 mg; Żelazo: 8.36 mg; Magnez: 243.22 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Schab gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1801.69 kcal; Białko ogółem: 83.66 g; Tłuszcz ogółem: 55.11 g; Węglowodany ogółem: 255.93 g; Kw. tł. nasycone: 9.39 g; Sól: 7.08 g; Sód: 1796.48 mg; Błonnik: 17.45 g; W tym cukry: 39.85 g; WW: 25.88 Por; Potas: 3443.53 mg; Wapń: 521.00 mg; Fosfor: 1032.35 mg; Żelazo: 7.61 mg; Magnez: 248.73 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Schab gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 50g (<i>SEL, S02</i>), Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Wafle ryżowe 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1604.63 kcal; Białko ogółem: 77.53 g; Tłuszcz ogółem: 48.02 g; Węglowodany ogółem: 228.48 g; Kw. tł. nasycone: 6.71 g; Sól: 5.14 g; Sód: 1030.10 mg; Błonnik: 14.07 g; W tym cukry: 19.52 g; WW: 23.13 Por; Potas: 2733.73 mg; Wapń: 204.49 mg; Fosfor: 805.69 mg; Żelazo: 6.68 mg; Magnez: 169.02 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko duszone 2 sztuki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser topiony 2szt (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.56 kcal; Białko ogółem: 54.15 g; Tłuszcz ogółem: 79.60 g; Węglowodany ogółem: 289.58 g; Kw. tł. nasycone: 14.77 g; Sól: 4.17 g; Sód: 965.41 mg; Błonnik: 24.33 g; W tym cukry: 20.45 g; WW: 29.33 Por; Potas: 3757.79 mg; Wapń: 193.07 mg; Fosfor: 779.60 mg; Żelazo: 6.07 mg; Magnez: 227.72 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>SEL</i>), Udko duszone 2 sztuki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (<i>SOJ</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g ,
II Śniadanie: Mus owocowy 100g 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy (150g) 1szt (<i>SOJ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2179.78 kcal; Białko ogółem: 76.30 g; Tłuszcz ogółem: 85.61 g; Węglowodany ogółem: 293.39 g; Kw. tł. nasycone: 20.42 g; Sól: 7.58 g; Sód: 1803.02 mg; Błonnik: 29.94 g; W tym cukry: 29.16 g; WW: 29.70 Por; Potas: 4400.84 mg; Wapń: 174.25 mg; Fosfor: 1132.23 mg; Żelazo: 10.26 mg; Magnez: 333.54 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Tofu z cebulą 100g (<i>SOJ</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser topiony 2szt (<i>MLE</i>), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1752.23 kcal; Białko ogółem: 63.63 g; Tłuszcz ogółem: 66.74 g; Węglowodany ogółem: 239.60 g; Kw. tł. nasycone: 16.59 g; Sól: 7.47 g; Sód: 1759.46 mg; Błonnik: 27.64 g; W tym cukry: 44.01 g; WW: 24.28 Por; Potas: 3268.85 mg; Wapń: 524.63 mg; Fosfor: 981.03 mg; Żelazo: 8.03 mg; Magnez: 279.60 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-09-28		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Schab gotowany na parze 100g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sos własny 40ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.73 kcal; Białko ogółem: 64.79 g; Tłuszcz ogółem: 60.65 g; Węglowodany ogółem: 269.88 g; Kw. tł. nasycone: 11.45 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1038.48 mg; Błonnik: 21.25 g; W tym cukry: 37.33 g; WW: 27.26 Por; Potas: 3219.53 mg; Wapń: 491.00 mg; Fosfor: 884.35 mg; Żelazo: 5.41 mg; Magnez: 212.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ryż biały na sypko 200g , Sos pomidorowy 70ml (GLU), Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE), Herbata czarna b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2240.45 kcal; Białko ogółem: 86.16 g; Tłuszcz ogółem: 80.70 g; Węglowodany ogółem: 303.61 g; Kw. tł. nasycone: 20.29 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1777.82 mg; Błonnik: 33.83 g; W tym cukry: 61.71 g; WW: 30.42 Por; Potas: 3443.26 mg; Wapń: 981.43 mg; Fosfor: 1440.83 mg; Żelazo: 11.78 mg; Magnez: 274.97 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Kasza gryczana 200g , Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Pomidor 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), Szynka konserwowa wieprzowa 20g (SOJ, MLE, SEL),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2136.09 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz ogółem: 67.29 g; Węglowodany ogółem: 254.69 g; Kw. tł. nasycone: 20.71 g; Sól: 5.88 g; Sód: 1933.57 mg; Błonnik: 39.10 g; W tym cukry: 49.83 g; WW: 25.53 Por; Potas: 3783.11 mg; Wapń: 1073.64 mg; Fosfor: 1853.69 mg; Żelazo: 14.41 mg; Magnez: 476.68 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Bułka pszenna krojona 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 60g (SOJ, MLE, SEL), Dżem szt - 25g 1szt , Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ryż biały na sypko 200g , Sos pomidorowy 70ml (GLU), Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2379.09 kcal; Białko ogółem: 85.95 g; Tłuszcz ogółem: 69.77 g; Węglowodany ogółem: 366.13 g; Kw. tł. nasycone: 12.59 g; Sól: 3.91 g; Sód: 1352.79 mg; Błonnik: 25.84 g; W tym cukry: 78.88 g; WW: 37.00 Por; Potas: 3591.50 mg; Wapń: 450.00 mg; Fosfor: 1021.66 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 269.20 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Bułka pszenna krojona 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka złociста 60g (SOJ, MLE, SEL), Dżem szt - 25g 1szt , Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ryż biały na sypko 200g , Sos pomidorowy 70ml (GLU), Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2304.69 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz ogółem: 46.81 g; Węglowodany ogółem: 365.95 g; Kw. tł. nasycone: 12.04 g; Sól: 3.90 g; Sód: 1352.79 mg; Błonnik: 25.84 g; W tym cukry: 78.88 g; WW: 37.00 Por; Potas: 3591.50 mg; Wapń: 450.00 mg; Fosfor: 1021.66 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 269.20 mg;

wtorek 2026-09-29 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 złociста 40g (SOJ, MLE, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ryż biały na sypko 200g , Sos pomidorowy 70ml (GLU), Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (MLE), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.42 kcal; Białko ogółem: 49.41 g; Tłuszcz ogółem: 67.34 g; Węglowodany ogółem: 291.70 g; Kw. tł. nasycone: 8.77 g; Sól: 1.00 g; Sód: 274.16 mg; Błonnik: 23.45 g; W tym cukry: 63.15 g; WW: 29.45 Por; Potas: 2857.66 mg; Wapń: 203.70 mg; Fosfor: 620.63 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 186.35 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z wędliny z zieleniną 80g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ryż biały na sypko mix 200g , Udko z kurczaka pieczone papka 100g , Buraczki gotowane mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (MLE), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2011.24 kcal; Białko ogółem: 88.17 g; Tłuszcz ogółem: 53.02 g; Węglowodany ogółem: 314.04 g; Kw. tł. nasycone: 12.08 g; Sól: 6.28 g; Sód: 1317.54 mg; Błonnik: 24.62 g; W tym cukry: 40.68 g; WW: 31.71 Por; Potas: 2848.38 mg; Wapń: 508.17 mg; Fosfor: 1037.81 mg; Żelazo: 9.18 mg; Magnez: 208.19 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ryż biały na sypko 200g , Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (GLU), Udko z kurczaka pieczone 2 sztuki 200g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Biskopki 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2502.77 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz ogółem: 80.42 g; Węglowodany ogółem: 335.16 g; Kw. tł. nasycone: 13.84 g; Sól: 4.09 g; Sód: 1197.01 mg; Błonnik: 22.29 g; W tym cukry: 75.50 g; WW: 33.90 Por; Potas: 3798.14 mg; Wapń: 450.41 mg; Fosfor: 1147.39 mg; Żelazo: 10.05 mg; Magnez: 270.79 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 50g (SOJ, MLE, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ryż biały na sypko 200g , Sos pomidorowy 70ml (GLU), Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1869.62 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz ogółem: 56.86 g; Węglowodany ogółem: 275.91 g; Kw. tł. nasycone: 9.82 g; Sól: 3.09 g; Sód: 1054.18 mg; Błonnik: 15.74 g; W tym cukry: 28.32 g; WW: 27.80 Por; Potas: 2315.48 mg; Wapń: 381.89 mg; Fosfor: 894.56 mg; Żelazo: 6.59 mg; Magnez: 162.70 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ryż biały na sypko 200g , Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Udko z kurczaka pieczone 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2017.74 kcal; Białko ogółem: 63.32 g; Tłuszcz ogółem: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 298.57 g; Kw. tł. nasycone: 11.44 g; Sól: 1.67 g; Sód: 292.48 mg; Błonnik: 24.03 g; W tym cukry: 64.47 g; WW: 30.18 Por; Potas: 2919.14 mg; Wapń: 239.87 mg; Fosfor: 702.50 mg; Żelazo: 6.61 mg; Magnez: 187.16 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Rzodkiewka biała 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ),	Zupa krem z białych warzyw b/ml 300ml (SEL, S02), Ryż biały na sypko 200g , Sos pomidorowy 70ml (GLU), Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko z kurczaka pieczone 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka konserwowa wieprzowa 60g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy (150g) 1szt (SOJ), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2002.87 kcal; Białko ogółem: 70.42 g; Tłuszcz ogółem: 65.47 g; Węglowodany ogółem: 301.91 g; Kw. tł. nasycone: 17.54 g; Sól: 6.57 g; Sód: 1118.35 mg; Błonnik: 33.81 g; W tym cukry: 51.61 g; WW: 30.31 Por; Potas: 3044.49 mg; Wapń: 222.18 mg; Fosfor: 859.22 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 225.95 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 40g (MLE), Salata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Risotto z warzywami i ciecierzycą 300g , Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (MLE), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1980.02 kcal; Białko ogółem: 63.48 g; Tłuszcz ogółem: 83.15 g; Węglowodany ogółem: 259.12 g; Kw. tł. nasycone: 15.75 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1496.49 mg; Błonnik: 31.62 g; W tym cukry: 40.12 g; WW: 26.14 Por; Potas: 2655.06 mg; Wapń: 779.48 mg; Fosfor: 1062.30 mg; Żelazo: 9.51 mg; Magnez: 230.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-09-29		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (MLE, SEL, S02), Ryż biały na sypko 200g , Sos pomidorowy b/soli 70ml (GLU), Udko z kurczaka pieczone b/soli 100g , Buraczki gotowane tarte z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z natką pietruszki b/soli 40g (MLE), Szynka konserwowa wieprzowa 20g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2177.82 kcal; Białko ogółem: 63.14 g; Tłuszcz ogółem: 73.66 g; Węglowodany ogółem: 328.11 g; Kw. tł. nasycone: 12.44 g; Sól: 1.87 g; Sód: 346.46 mg; Błonnik: 25.34 g; W tym cukry: 72.34 g; WW: 33.13 Por; Potas: 3238.36 mg; Wapń: 389.10 mg; Fosfor: 762.23 mg; Żelazo: 7.00 mg; Magnez: 209.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Serek kanapkowy 40g (MLE), Ketchup 10g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Kotlet mielony smażony 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 50g (RYB, SEL), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Mus owocowy 100g 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (GLU, SOJ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 20g (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2382.55 kcal; Białko ogółem: 83.72 g; Tłuszcz ogółem: 86.10 g; Węglowodany ogółem: 281.82 g; Kw. tł. nasycone: 31.06 g; Sól: 5.95 g; Sód: 2230.85 mg; Błonnik: 30.05 g; W tym cukry: 53.33 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3953.65 mg; Wapń: 724.92 mg; Fosfor: 1308.61 mg; Żelazo: 11.15 mg; Magnez: 308.99 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 10g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 50g (RYB, SEL), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 20g (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.92 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz ogółem: 63.16 g; Węglowodany ogółem: 282.98 g; Kw. tł. nasycone: 28.78 g; Sól: 5.95 g; Sód: 2280.50 mg; Błonnik: 37.29 g; W tym cukry: 49.44 g; WW: 28.40 Por; Potas: 4248.30 mg; Wapń: 715.97 mg; Fosfor: 1465.82 mg; Żelazo: 13.16 mg; Magnez: 376.54 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Bułka pszenna krojona 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pomidor b/skóry 90g , Banan 1szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 70ml (GLU), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2406.30 kcal; Białko ogółem: 86.91 g; Tłuszcz ogółem: 58.06 g; Węglowodany ogółem: 358.42 g; Kw. tł. nasycone: 24.20 g; Sól: 6.03 g; Sód: 1661.90 mg; Błonnik: 28.61 g; W tym cukry: 90.65 g; WW: 36.24 Por; Potas: 4613.48 mg; Wapń: 552.03 mg; Fosfor: 1043.53 mg; Żelazo: 11.43 mg; Magnez: 318.97 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Bułka pszenna krojona 50g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szynka delikatna z fileta 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Banan 1szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Sos koperkowy 70ml (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2294.60 kcal; Białko ogółem: 86.19 g; Tłuszcz ogółem: 34.96 g; Węglowodany ogółem: 348.93 g; Kw. tł. nasycone: 21.97 g; Sól: 5.79 g; Sód: 1662.70 mg; Błonnik: 28.89 g; W tym cukry: 90.78 g; WW: 35.28 Por; Potas: 4640.28 mg; Wapń: 556.83 mg; Fosfor: 1047.73 mg; Żelazo: 11.57 mg; Magnez: 320.77 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 70ml (GLU),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Buraczki gotowane 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1649.74 kcal; Białko ogółem: 47.22 g; Tłuszcz ogółem: 51.21 g; Węglowodany ogółem: 255.95 g; Kw. tł. nasycone: 7.00 g; Sól: 2.13 g; Sód: 352.75 mg; Błonnik: 24.46 g; W tym cukry: 28.12 g; WW: 25.86 Por; Potas: 3137.48 mg; Wapń: 176.28 mg; Fosfor: 514.83 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 162.97 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Pasta z wędliny 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml mix 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 70ml (GLU), Ziemniaki z pietruszką mix 200g , Warzywa mix 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 z wędliny i mięsa 50g (JAJ, GOR),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2096.13 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz ogółem: 58.53 g; Węglowodany ogółem: 280.88 g; Kw. tł. nasycone: 23.80 g; Sól: 5.66 g; Sód: 1372.03 mg; Błonnik: 19.90 g; W tym cukry: 39.06 g; WW: 28.35 Por; Potas: 3376.16 mg; Wapń: 493.27 mg; Fosfor: 941.81 mg; Żelazo: 8.62 mg; Magnez: 222.48 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , 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), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (RYB, SEL), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2175.30 kcal; Białko ogółem: 79.78 g; Tłuszcz ogółem: 53.67 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; Kw. tł. nasycone: 29.40 g; Sól: 5.55 g; Sód: 1539.88 mg; Błonnik: 21.01 g; W tym cukry: 49.48 g; WW: 29.96 Por; Potas: 3754.59 mg; Wapń: 548.53 mg; Fosfor: 969.42 mg; Żelazo: 9.96 mg; Magnez: 233.74 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Miód sztukowy 25g 1szt , Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 70ml (GLU), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 80g (RYB, SEL), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Herbatniki bebe 16g 1szt (GLU, SOJ, MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1937.80 kcal; Białko ogółem: 74.47 g; Tłuszcz ogółem: 50.10 g; Węglowodany ogółem: 306.71 g; Kw. tł. nasycone: 7.04 g; Sól: 4.91 g; Sód: 1190.46 mg; Błonnik: 21.13 g; W tym cukry: 35.89 g; WW: 30.96 Por; Potas: 3351.29 mg; Wapń: 217.60 mg; Fosfor: 711.33 mg; Żelazo: 10.08 mg; Magnez: 208.32 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 60g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Salata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glutenu 100g (JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 40g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1888.12 kcal; Białko ogółem: 63.27 g; Tłuszcz ogółem: 71.16 g; Węglowodany ogółem: 252.55 g; Kw. tł. nasycone: 8.38 g; Sól: 2.35 g; Sód: 278.35 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 33.61 g; WW: 25.49 Por; Potas: 3261.62 mg; Wapń: 172.68 mg; Fosfor: 574.39 mg; Żelazo: 7.05 mg; Magnez: 166.97 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Parówka drobiowa 1 szt 2szt , Ketchup 10g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) b/ml 300ml (SEL), Pulpet wieprzowy gotowany na parze 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki z pietruszką 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (RYB, SEL), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 40g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Mus owocowy 100g 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2095.29 kcal; Białko ogółem: 80.49 g; Tłuszcz ogółem: 79.54 g; Węglowodany ogółem: 267.28 g; Kw. tł. nasycone: 23.55 g; Sól: 5.62 g; Sód: 2095.28 mg; Błonnik: 25.76 g; W tym cukry: 31.20 g; WW: 26.91 Por; Potas: 3616.76 mg; Wapń: 241.31 mg; Fosfor: 986.17 mg; Żelazo: 10.38 mg; Magnez: 253.19 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kotlet z fasoli czerwonej w panierce smażony 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 60ml (GLU), Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 50g (RYB, SEL), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2156.98 kcal; Białko ogółem: 50.46 g; Tłuszcz ogółem: 72.33 g; Węglowodany ogółem: 286.94 g; Kw. tł. nasycone: 24.41 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1452.88 mg; Błonnik: 35.57 g; W tym cukry: 52.09 g; WW: 28.93 Por; Potas: 3555.22 mg; Wapń: 552.59 mg; Fosfor: 954.89 mg; Żelazo: 9.90 mg; Magnez: 273.80 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-09-30	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/soli 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Sos pomidorowy b/soli 70ml (<i>GLU</i>), 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>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) b/soli 60g (<i>RYB, SEL</i>), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1946.96 kcal; Białko ogółem: 65.27 g; Tłuszcz ogółem: 66.93 g; Węglowodany ogółem: 275.56 g; Kw. tł. nasycone: 12.51 g; Sól: 3.33 g; Sód: 346.01 mg; Błonnik: 22.71 g; W tym cukry: 41.37 g; WW: 27.82 Por; Potas: 3306.86 mg; Wapń: 444.46 mg; Fosfor: 705.50 mg; Żelazo: 6.08 mg; Magnez: 178.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-01 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, SEZ</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kociołek meksykański z kruczakiem i kukurydzą 180g (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml , Brokuł gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Babka 40g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1983.97 kcal; Białko ogółem: 87.94 g; Tłuszcz ogółem: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 279.46 g; Kw. tł. nasycone: 15.97 g; Sól: 7.54 g; Sód: 2257.71 mg; Błonnik: 29.90 g; W tym cukry: 67.51 g; WW: 28.16 Por; Potas: 4213.69 mg; Wapń: 850.12 mg; Fosfor: 1390.58 mg; Żelazo: 11.02 mg; Magnez: 344.69 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Kociołek meksykański z kruczakiem i kukurydzą 180g (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy b/c 250ml , Brokuł gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Orzechy włoskie 5szt (<i>OZI</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1952.58 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz ogółem: 49.14 g; Węglowodany ogółem: 252.96 g; Kw. tł. nasycone: 15.09 g; Sól: 8.51 g; Sód: 2492.56 mg; Błonnik: 36.26 g; W tym cukry: 43.64 g; WW: 25.52 Por; Potas: 4404.44 mg; Wapń: 832.32 mg; Fosfor: 1550.49 mg; Żelazo: 12.75 mg; Magnez: 417.99 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Bułka pszenna krojona 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Banan 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatkowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2373.59 kcal; Białko ogółem: 91.81 g; Tłuszcz ogółem: 58.80 g; Węglowodany ogółem: 356.49 g; Kw. tł. nasycone: 20.90 g; Sól: 6.35 g; Sód: 1540.93 mg; Błonnik: 25.95 g; W tym cukry: 79.32 g; WW: 36.07 Por; Potas: 4334.95 mg; Wapń: 531.46 mg; Fosfor: 1173.75 mg; Żelazo: 10.26 mg; Magnez: 327.40 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Bułka pszenna krojona 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 60g (<i>SOJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Herbatniki bebe 16g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatkowa drobiowa 30g , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2269.19 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz ogółem: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 346.60 g; Kw. tł. nasycone: 18.75 g; Sól: 6.34 g; Sód: 1540.93 mg; Błonnik: 25.95 g; W tym cukry: 79.32 g; WW: 35.07 Por; Potas: 4334.95 mg; Wapń: 531.46 mg; Fosfor: 1173.75 mg; Żelazo: 10.26 mg; Magnez: 327.40 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
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>), Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt ,Banan 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł 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 40g (<i>MLE</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2190.19 kcal; Białko ogółem: 64.77 g; Tłuszcz ogółem: 58.97 g; Węglowodany ogółem: 337.47 g; Kw. tł. nasycone: 19.22 g; Sól: 2.96 g; Sód: 545.53 mg; Błonnik: 28.84 g; W tym cukry: 106.29 g; WW: 34.26 Por; Potas: 4776.15 mg; Wapń: 496.86 mg; Fosfor: 972.35 mg; Żelazo: 7.89 mg; Magnez: 331.00 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU , MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z wędliny 60g (SOJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Marchewka duszona mix 100g (GLU), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pasta z wędliny 50g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2172.37 kcal; Białko ogółem: 90.02 g; Tłuszcz ogółem: 61.35 g; Węglowodany ogółem: 292.17 g; Kw. tł. nasycone: 25.88 g; Sól: 6.51 g; Sód: 1515.22 mg; Błonnik: 23.62 g; W tym cukry: 40.04 g; WW: 29.58 Por; Potas: 3674.85 mg; Wapń: 546.08 mg; Fosfor: 1096.73 mg; Żelazo: 9.09 mg; Magnez: 251.59 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU , MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Połędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 70g (MLE), Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2437.25 kcal; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz ogółem: 72.02 g; Węglowodany ogółem: 358.09 g; Kw. tł. nasycone: 19.63 g; Sól: 6.87 g; Sód: 1786.30 mg; Błonnik: 25.04 g; W tym cukry: 108.07 g; WW: 36.34 Por; Potas: 5033.01 mg; Wapń: 1081.06 mg; Fosfor: 1439.57 mg; Żelazo: 10.51 mg; Magnez: 385.94 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Pomidor b/skóry 50g , Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Brokuł gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1955.76 kcal; Białko ogółem: 71.28 g; Tłuszcz ogółem: 50.29 g; Węglowodany ogółem: 278.21 g; Kw. tł. nasycone: 20.63 g; Sól: 4.76 g; Sód: 1262.73 mg; Błonnik: 18.89 g; W tym cukry: 59.81 g; WW: 28.17 Por; Potas: 3961.70 mg; Wapń: 211.71 mg; Fosfor: 864.85 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 263.76 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU , MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Połędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze b/glutenu 100g (JAJ), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2084.79 kcal; Białko ogółem: 60.25 g; Tłuszcz ogółem: 60.36 g; Węglowodany ogółem: 294.84 g; Kw. tł. nasycone: 23.46 g; Sól: 3.03 g; Sód: 535.93 mg; Błonnik: 25.46 g; W tym cukry: 68.27 g; WW: 29.86 Por; Potas: 3838.75 mg; Wapń: 489.01 mg; Fosfor: 849.85 mg; Żelazo: 6.57 mg; Magnez: 251.03 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (GLU , SOJ , SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Ogórek kiszony 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (GLU , JAJ), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (GLU , SOJ , SEZ), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasztet drobiowy zapiekany 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2077.62 kcal; Białko ogółem: 80.76 g; Tłuszcz ogółem: 66.09 g; Węglowodany ogółem: 292.60 g; Kw. tł. nasycone: 15.79 g; Sól: 6.88 g; Sód: 2106.58 mg; Błonnik: 29.00 g; W tym cukry: 48.21 g; WW: 29.44 Por; Potas: 3642.70 mg; Wapń: 227.46 mg; Fosfor: 984.95 mg; Żelazo: 12.15 mg; Magnez: 289.66 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU , MLE), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ , SEZ), Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (MLE), Ogórek kiszony 90g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (MLE , SEL), Kociołek meksykański z fasolą b/mięsa wege 200g (GLU , SEL), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU , SOJ , SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1999.50 kcal; Białko ogółem: 67.52 g; Tłuszcz ogółem: 56.60 g; Węglowodany ogółem: 274.49 g; Kw. tł. nasycone: 30.60 g; Sól: 6.49 g; Sód: 2435.04 mg; Błonnik: 33.98 g; W tym cukry: 42.33 g; WW: 27.70 Por; Potas: 4004.64 mg; Wapń: 1070.53 mg; Fosfor: 1314.76 mg; Żelazo: 10.26 mg; Magnez: 333.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-10-01		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU</i> , <i>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>), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany na parze 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g , Brokuł 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 40g (<i>SOJ</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2199.23 kcal; Białko ogółem: 71.69 g; Tłuszcz ogółem: 62.80 g; Węglowodany ogółem: 308.23 g; Kw. tł. nasycone: 25.88 g; Sól: 4.15 g; Sód: 622.73 mg; Błonnik: 25.44 g; W tym cukry: 68.56 g; WW: 31.25 Por; Potas: 3999.35 mg; Wapń: 495.86 mg; Fosfor: 956.95 mg; Żelazo: 7.13 mg; Magnez: 266.60 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka kajzerka 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Śledź w śmietanie z cebulą, porem i jabłkiem (WN) 250g (<i>RYB, MLE</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg z natką 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1910.36 kcal; Białko ogółem: 69.86 g; Tłuszcz ogółem: 50.37 g; Węglowodany ogółem: 286.51 g; Kw. tł. nasycone: 9.24 g; Sól: 4.26 g; Sód: 1162.20 mg; Błonnik: 30.71 g; W tym cukry: 44.39 g; WW: 28.78 Por; Potas: 3292.16 mg; Wapń: 394.29 mg; Fosfor: 787.58 mg; Żelazo: 8.07 mg; Magnez: 227.94 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka grahamka 1szt (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Śledź w śmietanie z cebulą, porem i jabłkiem (WN) 250g (<i>RYB, MLE</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg z natką 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Orzechy włoskie 5szt (<i>OZI</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1820.27 kcal; Białko ogółem: 74.82 g; Tłuszcz ogółem: 48.13 g; Węglowodany ogółem: 253.94 g; Kw. tł. nasycone: 7.71 g; Sól: 6.00 g; Sód: 1593.36 mg; Błonnik: 34.92 g; W tym cukry: 33.09 g; WW: 25.53 Por; Potas: 3436.85 mg; Wapń: 271.09 mg; Fosfor: 966.98 mg; Żelazo: 11.20 mg; Magnez: 313.65 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 50g (<i>GLU</i>), Bułka kajzerka 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 70g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg z natką 40g (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1844.93 kcal; Białko ogółem: 75.26 g; Tłuszcz ogółem: 42.42 g; Węglowodany ogółem: 303.48 g; Kw. tł. nasycone: 8.06 g; Sól: 4.46 g; Sód: 783.68 mg; Błonnik: 20.17 g; W tym cukry: 30.42 g; WW: 30.65 Por; Potas: 3016.72 mg; Wapń: 348.83 mg; Fosfor: 628.40 mg; Żelazo: 6.57 mg; Magnez: 168.52 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 50g (<i>GLU</i>), Bułka kajzerka 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 70g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg z natką 40g (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1764.55 kcal; Białko ogółem: 74.08 g; Tłuszcz ogółem: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 303.29 g; Kw. tł. nasycone: 7.44 g; Sól: 4.23 g; Sód: 784.64 mg; Błonnik: 20.31 g; W tym cukry: 30.67 g; WW: 30.65 Por; Potas: 3050.56 mg; Wapń: 349.91 mg; Fosfor: 630.92 mg; Żelazo: 6.63 mg; Magnez: 169.48 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterm cytryny i koperkiem 70g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg z natką 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1518.82 kcal; Białko ogółem: 50.01 g; Tłuszcz ogółem: 44.28 g; Węglowodany ogółem: 241.01 g; Kw. tł. nasycone: 6.76 g; Sól: 2.28 g; Sód: 220.64 mg; Błonnik: 23.05 g; W tym cukry: 32.10 g; WW: 24.43 Por; Potas: 2880.96 mg; Wapń: 356.11 mg; Fosfor: 504.32 mg; Żelazo: 5.97 mg; Magnez: 148.08 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z makaronem mix 300ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka pszenna krojona 50g (GLU), Bułka kajzerka 1szt (GLU, SOJ, MLE), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) mix 100g (RYB), Ziemniaki mix 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z natką 40g (MLE), Pasta z wędliny z koperkiem 40g (SOJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1803.66 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz ogółem: 42.79 g; Węglowodany ogółem: 288.98 g; Kw. tł. nasycone: 8.12 g; Sól: 4.79 g; Sód: 849.57 mg; Błonnik: 22.27 g; W tym cukry: 31.22 g; WW: 29.22 Por; Potas: 2787.17 mg; Wapń: 379.43 mg; Fosfor: 651.72 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 174.79 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 70g (RYB), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z natką 60g (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1941.05 kcal; Białko ogółem: 89.43 g; Tłuszcz ogółem: 54.81 g; Węglowodany ogółem: 252.03 g; Kw. tł. nasycone: 23.68 g; Sól: 5.83 g; Sód: 1601.88 mg; Błonnik: 19.10 g; W tym cukry: 35.59 g; WW: 25.53 Por; Potas: 3171.83 mg; Wapń: 837.50 mg; Fosfor: 1000.16 mg; Żelazo: 8.68 mg; Magnez: 204.95 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane plastry 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 70g (RYB), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z natką 50g (MLE), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (SOJ), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1443.72 kcal; Białko ogółem: 65.00 g; Tłuszcz ogółem: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 219.52 g; Kw. tł. nasycone: 4.73 g; Sól: 4.56 g; Sód: 921.25 mg; Błonnik: 17.58 g; W tym cukry: 25.68 g; WW: 22.29 Por; Potas: 2756.25 mg; Wapń: 215.16 mg; Fosfor: 530.72 mg; Żelazo: 7.89 mg; Magnez: 164.69 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 80g , Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 100g (RYB), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z natką 60g (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1865.92 kcal; Białko ogółem: 74.95 g; Tłuszcz ogółem: 77.27 g; Węglowodany ogółem: 228.58 g; Kw. tł. nasycone: 7.90 g; Sól: 0.99 g; Sód: 220.53 mg; Błonnik: 24.45 g; W tym cukry: 32.94 g; WW: 23.08 Por; Potas: 3202.99 mg; Wapń: 237.72 mg; Fosfor: 636.16 mg; Żelazo: 6.79 mg; Magnez: 174.51 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica miodowa drobiowa 40g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 80g , Pomidor 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 70g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica drobiowa z majerankiem 80g (SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy (150g) 1szt (SOJ),

Wartości odżywcze: Kcal: 1570.67 kcal; Białko ogółem: 76.38 g; Tłuszcz ogółem: 46.02 g; Węglowodany ogółem: 230.54 g; Kw. tł. nasycone: 14.10 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1239.42 mg; Błonnik: 29.32 g; W tym cukry: 39.33 g; WW: 23.24 Por; Potas: 3543.29 mg; Wapń: 180.11 mg; Fosfor: 809.97 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 241.08 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka kajzerka 1szt (GLU, SOJ, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Hummus 60g 0.5szt (SEZ), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) z plasterem cytryny i koperkiem 70g (RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg z natką 60g (MLE), Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1851.32 kcal; Białko ogółem: 67.19 g; Tłuszcz ogółem: 46.06 g; Węglowodany ogółem: 274.91 g; Kw. tł. nasycone: 9.58 g; Sól: 2.95 g; Sód: 1064.24 mg; Błonnik: 28.61 g; W tym cukry: 30.59 g; WW: 27.66 Por; Potas: 3238.60 mg; Wapń: 388.21 mg; Fosfor: 789.70 mg; Żelazo: 7.66 mg; Magnez: 216.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-10-02		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem b/soli 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg z natką b/soli 80g (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa z majerankiem 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.63 kcal; Białko ogółem: 70.93 g; Tłuszcz ogółem: 78.86 g; Węglowodany ogółem: 268.80 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 3.32 g; Sód: 239.38 mg; Błonnik: 25.07 g; W tym cukry: 42.29 g; WW: 27.20 Por; Potas: 3130.98 mg; Wapń: 427.70 mg; Fosfor: 603.81 mg; Żelazo: 6.66 mg; Magnez: 165.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki z pietruszką 200g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 60g (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Banan 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (<i>SOJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.93 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz ogółem: 56.20 g; Węglowodany ogółem: 285.31 g; Kw. tł. nasycone: 14.38 g; Sól: 6.62 g; Sód: 1593.21 mg; Błonnik: 32.48 g; W tym cukry: 79.69 g; WW: 28.88 Por; Potas: 4542.69 mg; Wapń: 782.85 mg; Fosfor: 1343.06 mg; Żelazo: 9.95 mg; Magnez: 367.85 mg;

sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki z pietruszką 200g , Kompot owocowy b/c 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (<i>SOJ, MLE</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Orzechy włoskie 5szt (<i>OZI</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1787.48 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz ogółem: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 244.63 g; Kw. tł. nasycone: 10.37 g; Sól: 6.83 g; Sód: 1464.60 mg; Błonnik: 35.53 g; W tym cukry: 42.84 g; WW: 24.67 Por; Potas: 3987.36 mg; Wapń: 642.78 mg; Fosfor: 1380.49 mg; Żelazo: 10.79 mg; Magnez: 361.65 mg;

sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Bułka pszenna krojona 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki z pietruszką 200g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2121.28 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz ogółem: 48.72 g; Węglowodany ogółem: 313.08 g; Kw. tł. nasycone: 18.58 g; Sól: 7.70 g; Sód: 2127.24 mg; Błonnik: 26.20 g; W tym cukry: 73.77 g; WW: 31.69 Por; Potas: 4389.27 mg; Wapń: 467.30 mg; Fosfor: 1082.21 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 349.60 mg;

sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Bułka pszenna krojona 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Ziemniaki z pietruszką 200g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2016.88 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz ogółem: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 303.20 g; Kw. tł. nasycone: 16.43 g; Sól: 7.69 g; Sód: 2127.24 mg; Błonnik: 26.20 g; W tym cukry: 73.77 g; WW: 30.69 Por; Potas: 4389.27 mg; Wapń: 467.30 mg; Fosfor: 1082.21 mg; Żelazo: 9.12 mg; Magnez: 349.60 mg;

sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Mandarynka 1szt , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1668.63 kcal; Białko ogółem: 46.48 g; Tłuszcz ogółem: 45.34 g; Węglowodany ogółem: 254.43 g; Kw. tł. nasycone: 14.12 g; Sól: 3.89 g; Sód: 1037.51 mg; Błonnik: 26.38 g; W tym cukry: 40.77 g; WW: 25.68 Por; Potas: 3271.65 mg; Wapń: 198.31 mg; Fosfor: 625.95 mg; Żelazo: 5.86 mg; Magnez: 213.98 mg;

sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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 mięsna z warzywami (włoszczyzna) 60g (<i>SEL</i>), Pasta warzywna 100g (<i>SEL</i>),	Zupa selerowa z ziemniakami mix 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze (papka) 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki (papka) 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane plastry (papka) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1855.61 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz ogółem: 46.38 g; Węglowodany ogółem: 254.66 g; Kw. tł. nasycone: 17.86 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1353.47 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 40.42 g; WW: 25.81 Por; Potas: 4036.09 mg; Wapń: 504.47 mg; Fosfor: 1175.38 mg; Żelazo: 9.41 mg; Magnez: 271.03 mg;

sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 2 sztuki 200g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 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>), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.24 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz ogółem: 50.28 g; Węglowodany ogółem: 243.47 g; Kw. tł. nasycone: 28.34 g; Sól: 7.17 g; Sód: 2101.12 mg; Błonnik: 18.49 g; W tym cukry: 32.40 g; WW: 24.62 Por; Potas: 3896.83 mg; Wapń: 471.23 mg; Fosfor: 1270.96 mg; Żelazo: 8.03 mg; Magnez: 299.59 mg;

sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (<i>SEL</i>),	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa 80g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (<i>SEL</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1748.58 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz ogółem: 49.29 g; Węglowodany ogółem: 251.00 g; Kw. tł. nasycone: 9.11 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1176.94 mg; Błonnik: 17.50 g; W tym cukry: 32.81 g; WW: 25.39 Por; Potas: 3225.92 mg; Wapń: 479.99 mg; Fosfor: 1077.21 mg; Żelazo: 6.78 mg; Magnez: 221.98 mg;

sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Mandarynka 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy b/glu 70ml , Ziemniaki z pietruszką 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa 80g (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1619.75 kcal; Białko ogółem: 66.13 g; Tłuszcz ogółem: 53.93 g; Węglowodany ogółem: 228.36 g; Kw. tł. nasycone: 7.42 g; Sól: 2.94 g; Sód: 923.01 mg; Błonnik: 24.04 g; W tym cukry: 27.75 g; WW: 23.02 Por; Potas: 3225.04 mg; Wapń: 247.74 mg; Fosfor: 779.60 mg; Żelazo: 5.52 mg; Magnez: 220.51 mg;

sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica miodowa drobiowa 40g , Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (<i>SOJ</i>),	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos pomidorowy 60ml (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka delikatesowa drobiowa 60g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Banan 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		Posiłek nocny: Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2084.34 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz ogółem: 64.37 g; Węglowodany ogółem: 303.30 g; Kw. tł. nasycone: 12.88 g; Sól: 5.70 g; Sód: 1084.04 mg; Błonnik: 35.93 g; W tym cukry: 83.14 g; WW: 30.64 Por; Potas: 4580.22 mg; Wapń: 211.29 mg; Fosfor: 1094.03 mg; Żelazo: 10.08 mg; Magnez: 347.50 mg;

sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Ser mozzarella 50g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL, S02</i>), Risotto z warzywami b/mięsa 300g , Ziemniaki z pietruszką 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2212.30 kcal; Białko ogółem: 74.76 g; Tłuszcz ogółem: 70.70 g; Węglowodany ogółem: 339.31 g; Kw. tł. nasycone: 21.58 g; Sól: 6.44 g; Sód: 2249.54 mg; Błonnik: 36.70 g; W tym cukry: 73.27 g; WW: 34.32 Por; Potas: 4286.40 mg; Wapń: 902.80 mg; Fosfor: 1270.15 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 389.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-10-03		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany na parze b/soli 100g , Sos pomidorowy b/soli 60ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa b/soli 80g (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 1775.29 kcal; Białko ogółem: 84.02 g; Tłuszcz ogółem: 57.14 g; Węglowodany ogółem: 243.49 g; Kw. tł. nasycone: 11.48 g; Sól: 1.48 g; Sód: 377.41 mg; Błonnik: 23.95 g; W tym cukry: 37.25 g; WW: 24.64 Por; Potas: 3740.80 mg; Wapń: 491.92 mg; Fosfor: 1042.82 mg; Żelazo: 6.85 mg; Magnez: 217.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Schab pieczony 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białej fasoli 60g , Pomidor 100g , Szynka złocista 30g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>),
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Ciasto drożdżowe 70g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser topiony 50g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2441.10 kcal; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz ogółem: 71.78 g; Węglowodany ogółem: 295.29 g; Kw. tł. nasycone: 28.42 g; Sól: 8.13 g; Sód: 2534.88 mg; Błonnik: 29.66 g; W tym cukry: 54.94 g; WW: 29.75 Por; Potas: 3179.62 mg; Wapń: 674.83 mg; Fosfor: 1379.17 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 312.37 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g ,	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<i>GLU, SEL, MCK</i>), Ziemniaki 200g , Schab pieczony 100g , Kompot owocowy b/c 250ml , Sos własny 60ml (<i>GLU</i>), Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pomidor 100g , Pasta z białej fasoli 40g ,
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>), Ser topiony 50g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Orzechy włoskie 5szt (<i>OZI</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2145.56 kcal; Białko ogółem: 88.07 g; Tłuszcz ogółem: 59.90 g; Węglowodany ogółem: 234.99 g; Kw. tł. nasycone: 22.62 g; Sól: 7.94 g; Sód: 2395.04 mg; Błonnik: 34.19 g; W tym cukry: 27.70 g; WW: 23.67 Por; Potas: 3069.26 mg; Wapń: 378.14 mg; Fosfor: 1265.19 mg; Żelazo: 10.71 mg; Magnez: 323.16 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Bułka pszenna krojona 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód szukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2226.85 kcal; Białko ogółem: 91.83 g; Tłuszcz ogółem: 53.35 g; Węglowodany ogółem: 349.69 g; Kw. tł. nasycone: 10.37 g; Sól: 5.68 g; Sód: 1246.79 mg; Błonnik: 22.14 g; W tym cukry: 81.40 g; WW: 35.38 Por; Potas: 3607.44 mg; Wapń: 427.96 mg; Fosfor: 902.98 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 271.75 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Bułka pszenna krojona 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Miód szukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 50g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 60g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1924.96 kcal; Białko ogółem: 82.11 g; Tłuszcz ogółem: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 315.50 g; Kw. tł. nasycone: 4.73 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1144.51 mg; Błonnik: 21.92 g; W tym cukry: 59.11 g; WW: 31.91 Por; Potas: 3193.66 mg; Wapń: 127.34 mg; Fosfor: 662.34 mg; Żelazo: 7.76 mg; Magnez: 226.95 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód szukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złocista 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Koktajl owocowy na maśle (truskawka) 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2130.69 kcal; Białko ogółem: 70.52 g; Tłuszcz ogółem: 59.85 g; Węglowodany ogółem: 331.14 g; Kw. tł. nasycone: 12.77 g; Sól: 2.66 g; Sód: 263.44 mg; Błonnik: 22.53 g; W tym cukry: 84.52 g; WW: 33.44 Por; Potas: 3389.14 mg; Wapń: 436.01 mg; Fosfor: 724.88 mg; Żelazo: 5.76 mg; Magnez: 222.55 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb pszenny 100g (GLU, SOJ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z wędliny z zieleniną 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Rosół z makaronem (papka) 300ml (GLU, JAJ, SEL), Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (GLU), Ziemniaki (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny 40g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1994.72 kcal; Białko ogółem: 82.75 g; Tłuszcz ogółem: 58.76 g; Węglowodany ogółem: 294.19 g; Kw. tł. nasycone: 11.01 g; Sól: 4.48 g; Sód: 1144.50 mg; Błonnik: 23.67 g; W tym cukry: 44.59 g; WW: 29.67 Por; Potas: 2975.77 mg; Wapń: 485.88 mg; Fosfor: 821.38 mg; Żelazo: 7.03 mg; Magnez: 203.57 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb pszenny 100g (GLU, SOJ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 40g (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 30g (GLU, SOJ), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Koktajl owocowy na maślanie (truskawka) 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2292.53 kcal; Białko ogółem: 93.34 g; Tłuszcz ogółem: 55.43 g; Węglowodany ogółem: 334.65 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 4.64 g; Sód: 1190.84 mg; Błonnik: 19.63 g; W tym cukry: 86.60 g; WW: 33.75 Por; Potas: 3527.54 mg; Wapń: 473.01 mg; Fosfor: 848.08 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 243.75 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb pszenny 100g (GLU, SOJ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 50g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 40g (SOJ, MLE, SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Koktajl owocowy na maślanie (truskawka) 200ml (MLE), Koktajl owocowy na maślanie (truskawka) 200ml (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2103.54 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz ogółem: 57.17 g; Węglowodany ogółem: 304.56 g; Kw. tł. nasycone: 13.02 g; Sól: 5.15 g; Sód: 1039.69 mg; Błonnik: 16.41 g; W tym cukry: 55.16 g; WW: 30.66 Por; Potas: 2650.84 mg; Wapń: 482.66 mg; Fosfor: 784.58 mg; Żelazo: 6.14 mg; Magnez: 178.35 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 110g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (SOJ), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (SEL), Schab pieczony 100g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2025.72 kcal; Białko ogółem: 61.03 g; Tłuszcz ogółem: 69.64 g; Węglowodany ogółem: 289.86 g; Kw. tł. nasycone: 14.57 g; Sól: 3.17 g; Sód: 685.60 mg; Błonnik: 20.64 g; W tym cukry: 52.91 g; WW: 29.24 Por; Potas: 2891.86 mg; Wapń: 573.91 mg; Fosfor: 754.30 mg; Żelazo: 5.04 mg; Magnez: 184.58 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (GLU), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Rama bezmleczna 10 g 20g , Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Banan 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1955.58 kcal; Białko ogółem: 80.36 g; Tłuszcz ogółem: 50.21 g; Węglowodany ogółem: 304.37 g; Kw. tł. nasycone: 11.98 g; Sól: 4.97 g; Sód: 925.94 mg; Błonnik: 19.07 g; W tym cukry: 59.02 g; WW: 30.82 Por; Potas: 3449.03 mg; Wapń: 133.30 mg; Fosfor: 620.65 mg; Żelazo: 7.74 mg; Magnez: 217.17 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 40g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,	Rosół z makaronem b/mięsa 300ml (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki 200g , Kotle z kalafiora w panierce smażony 100g (GLU, JAJ), Sos własny 70ml (GLU), Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z białej fasoli 40g , Ser żółty 40g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2216.60 kcal; Białko ogółem: 62.49 g; Tłuszcz ogółem: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 283.18 g; Kw. tł. nasycone: 24.93 g; Sól: 6.43 g; Sód: 2349.43 mg; Błonnik: 30.39 g; W tym cukry: 45.88 g; WW: 28.57 Por; Potas: 2952.58 mg; Wapń: 794.30 mg; Fosfor: 1085.89 mg; Żelazo: 8.83 mg; Magnez: 294.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-10-04		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem b/soli 300ml (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki b/soli 200g , Schab pieczony 100g , Sos własny 70ml (GLU), Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Twaróg 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.75 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz ogółem: 60.75 g; Węglowodany ogółem: 313.85 g; Kw. tł. nasycone: 12.32 g; Sól: 3.18 g; Sód: 275.79 mg; Błonnik: 21.63 g; W tym cukry: 77.40 g; WW: 31.77 Por; Potas: 3348.04 mg; Wapń: 443.36 mg; Fosfor: 822.78 mg; Żelazo: 5.50 mg; Magnez: 219.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka kajzerka 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka hetmańska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Surówka koperkowa z białej kapusty z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Ogórek świeży 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml , Sok warzywny 300ml 1szt ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2144.33 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz ogółem: 72.00 g; Węglowodany ogółem: 296.53 g; Kw. tł. nasycone: 17.98 g; Sól: 6.04 g; Sód: 1516.86 mg; Błonnik: 29.67 g; W tym cukry: 76.70 g; WW: 29.83 Por; Potas: 3667.43 mg; Wapń: 908.88 mg; Fosfor: 1248.48 mg; Żelazo: 9.71 mg; Magnez: 264.90 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka grahamka 1szt (<i>GLU</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka hetmańska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane 100g ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy b/c 250ml , Surówka koperkowa z białej kapusty z olejem 100g , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g , Polędwica miodowa drobiowa 40g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Koktajl warzywny 200ml ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Orzechy włoskie 5szt (<i>OZI</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2124.12 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz ogółem: 60.34 g; Węglowodany ogółem: 285.51 g; Kw. tł. nasycone: 17.20 g; Sól: 7.21 g; Sód: 1808.61 mg; Błonnik: 36.86 g; W tym cukry: 63.02 g; WW: 28.70 Por; Potas: 3916.18 mg; Wapń: 915.83 mg; Fosfor: 1515.64 mg; Żelazo: 12.97 mg; Magnez: 362.00 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 40g (<i>MLE</i>), Szynka hetmańska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2155.89 kcal; Białko ogółem: 80.10 g; Tłuszcz ogółem: 58.30 g; Węglowodany ogółem: 309.54 g; Kw. tł. nasycone: 22.40 g; Sól: 7.05 g; Sód: 1934.68 mg; Błonnik: 19.88 g; W tym cukry: 82.21 g; WW: 31.32 Por; Potas: 3649.40 mg; Wapń: 525.08 mg; Fosfor: 1028.72 mg; Żelazo: 8.02 mg; Magnez: 297.92 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka hetmańska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry 50g , Polędwica miodowa drobiowa 40g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1922.71 kcal; Białko ogółem: 78.68 g; Tłuszcz ogółem: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 309.12 g; Kw. tł. nasycone: 9.93 g; Sól: 8.56 g; Sód: 1758.68 mg; Błonnik: 19.88 g; W tym cukry: 81.05 g; WW: 31.33 Por; Potas: 3577.80 mg; Wapń: 465.48 mg; Fosfor: 888.72 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 291.12 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka hetmańska 40g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2190.54 kcal; Białko ogółem: 57.91 g; Tłuszcz ogółem: 64.34 g; Węglowodany ogółem: 301.03 g; Kw. tł. nasycone: 31.37 g; Sól: 4.54 g; Sód: 1323.90 mg; Błonnik: 23.47 g; W tym cukry: 78.65 g; WW: 30.40 Por; Potas: 3364.90 mg; Wapń: 489.38 mg; Fosfor: 849.98 mg; Żelazo: 5.73 mg; Magnez: 264.88 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Twaróg mix 50g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 100g (<i>SEL</i>), Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem mix 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki mix 200g , Udko duszone mix 2 szt 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g ,	Herbata z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (<i>SEL</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2275.80 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz ogółem: 66.56 g; Węglowodany ogółem: 287.94 g; Kw. tł. nasycone: 34.36 g; Sól: 4.30 g; Sód: 1607.42 mg; Błonnik: 23.25 g; W tym cukry: 50.21 g; WW: 29.05 Por; Potas: 3417.50 mg; Wapń: 605.40 mg; Fosfor: 1310.06 mg; Żelazo: 8.60 mg; Magnez: 243.55 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Szynka hetmańska 80g (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g, Banan 1szt,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g, Udko duszone 2 sztuki 200g, Kompot owocowy 250ml, Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g,	Pomidor b/skóry 50g, Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica miodowa drobiowa 60g, Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2553.72 kcal; Białko ogółem: 116.08 g; Tłuszcz ogółem: 75.31 g; Węglowodany ogółem: 312.76 g; Kw. tł. nasycone: 35.41 g; Sól: 9.17 g; Sód: 2193.98 mg; Błonnik: 19.88 g; W tym cukry: 84.82 g; WW: 31.65 Por; Potas: 4015.00 mg; Wapń: 593.50 mg; Fosfor: 1360.80 mg; Żelazo: 8.87 mg; Magnez: 327.26 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Szynka hetmańska 80g (<i>GLU, SOJ</i>), Banan 1szt,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g, Udko duszone 100g, Kompot owocowy 250ml, Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g, Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Mus owocowy 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 2271.44 kcal; Białko ogółem: 77.32 g; Tłuszcz ogółem: 59.08 g; Węglowodany ogółem: 316.35 g; Kw. tł. nasycone: 29.69 g; Sól: 5.64 g; Sód: 1372.48 mg; Błonnik: 19.38 g; W tym cukry: 81.40 g; WW: 31.92 Por; Potas: 3531.60 mg; Wapń: 491.48 mg; Fosfor: 960.12 mg; Żelazo: 7.62 mg; Magnez: 254.52 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g, Udko duszone 100g, Kompot owocowy 250ml, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 80g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt, Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 2081.97 kcal; Białko ogółem: 59.30 g; Tłuszcz ogółem: 58.27 g; Węglowodany ogółem: 284.88 g; Kw. tł. nasycone: 28.36 g; Sól: 3.35 g; Sód: 1246.79 mg; Błonnik: 22.61 g; W tym cukry: 61.97 g; WW: 28.76 Por; Potas: 3000.80 mg; Wapń: 250.60 mg; Fosfor: 789.92 mg; Żelazo: 5.48 mg; Magnez: 232.23 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (<i>SOJ</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 2x10 g 20g, Dżem szt - 25g 1szt, Szynka hetmańska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Buraczki gotowane 100g,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g, Udko duszone 100g, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g, Kompot owocowy 250ml, Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>),	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 2x10 g 20g, Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 80g, Połędwica miodowa drobiowa 40g, Ogórek świeży 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Jabłko 1szt,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt, Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1869.78 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz ogółem: 53.03 g; Węglowodany ogółem: 280.57 g; Kw. tł. nasycone: 13.12 g; Sól: 5.94 g; Sód: 1150.86 mg; Błonnik: 32.17 g; W tym cukry: 49.11 g; WW: 28.28 Por; Potas: 3395.29 mg; Wapń: 216.28 mg; Fosfor: 1041.94 mg; Żelazo: 10.42 mg; Magnez: 267.61 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka kajzerka 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Buraczki gotowane 100g,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g, Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kompot owocowy 250ml, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g, Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 2306.03 kcal; Białko ogółem: 72.42 g; Tłuszcz ogółem: 59.22 g; Węglowodany ogółem: 342.38 g; Kw. tł. nasycone: 25.62 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1152.90 mg; Błonnik: 32.77 g; W tym cukry: 88.89 g; WW: 34.59 Por; Potas: 3568.50 mg; Wapń: 591.86 mg; Fosfor: 1026.01 mg; Żelazo: 8.89 mg; Magnez: 285.54 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt, Szynka hetmańska 60g (<i>GLU, SOJ</i>), Pomidor 100g, Banan 1szt,	Zupa marchewkowa z ryżem 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g, Udko duszone 100g, Kompot owocowy 250ml, Sos pomidorowy 70ml (<i>GLU</i>), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica miodowa drobiowa 40g, Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 50g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2093.76 kcal; Białko ogółem: 60.38 g; Tłuszcz ogółem: 63.77 g; Węglowodany ogółem: 304.42 g; Kw. tł. nasycone: 21.97 g; Sól: 3.86 g; Sód: 464.88 mg; Błonnik: 24.50 g; W tym cukry: 81.71 g; WW: 30.74 Por; Potas: 3591.40 mg; Wapń: 449.38 mg; Fosfor: 786.02 mg; Żelazo: 5.89 mg; Magnez: 224.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata owocowa 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Ser mozzarella kulki 30g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony 150g (<i>GLU, MLE</i>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2298.68 kcal; Białko ogółem: 104.45 g; Tłuszcz ogółem: 62.83 g; Węglowodany ogółem: 301.00 g; Kw. tł. nasycone: 21.90 g; Sól: 6.47 g; Sód: 1618.05 mg; Błonnik: 32.15 g; W tym cukry: 77.83 g; WW: 30.22 Por; Potas: 3957.68 mg; Wapń: 420.38 mg; Fosfor: 1185.15 mg; Żelazo: 10.65 mg; Magnez: 312.23 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Herbata owocowa 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 60g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Ser mozzarella kulki 30g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kurczak w sosie curry duszony 150g (<i>GLU, MLE</i>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb graham 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 30g (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 20g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Orzechy włoskie 5szt (<i>OZI</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2045.98 kcal; Białko ogółem: 102.20 g; Tłuszcz ogółem: 47.54 g; Węglowodany ogółem: 247.57 g; Kw. tł. nasycone: 19.26 g; Sól: 6.32 g; Sód: 1602.75 mg; Błonnik: 34.17 g; W tym cukry: 46.28 g; WW: 24.89 Por; Potas: 3920.98 mg; Wapń: 263.58 mg; Fosfor: 1223.35 mg; Żelazo: 12.06 mg; Magnez: 353.63 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 40g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 30g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Sałata masłowa 20g , Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2116.19 kcal; Białko ogółem: 82.68 g; Tłuszcz ogółem: 44.83 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; Kw. tł. nasycone: 17.97 g; Sól: 4.91 g; Sód: 1143.94 mg; Błonnik: 19.46 g; W tym cukry: 85.26 g; WW: 33.05 Por; Potas: 4194.53 mg; Wapń: 354.15 mg; Fosfor: 908.61 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 275.83 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 40g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Sałata masłowa 20g , Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2031.36 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz ogółem: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 315.28 g; Kw. tł. nasycone: 19.87 g; Sól: 4.33 g; Sód: 1223.14 mg; Błonnik: 19.46 g; W tym cukry: 85.51 g; WW: 31.87 Por; Potas: 4207.73 mg; Wapń: 365.15 mg; Fosfor: 933.21 mg; Żelazo: 8.53 mg; Magnez: 277.43 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata owocowa 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Sałata masłowa 20g , Banan 1szt ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1887.73 kcal; Białko ogółem: 58.00 g; Tłuszcz ogółem: 46.87 g; Węglowodany ogółem: 277.59 g; Kw. tł. nasycone: 17.43 g; Sól: 2.67 g; Sód: 368.75 mg; Błonnik: 22.51 g; W tym cukry: 76.33 g; WW: 28.06 Por; Potas: 3626.21 mg; Wapń: 164.38 mg; Fosfor: 634.83 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 223.52 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z makaronem mix 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z wędliny z zieleniną 60g (SOJ, MLE, SEL), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa koperkowa z ziemniakami mix 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z pietruszką (papką) 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze papka 100g , Kompot owocowy 250ml , Buraczki gotowane papka 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Pasta z buraczków gotowanych 50g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.91 kcal; Białko ogółem: 81.82 g; Tłuszcz ogółem: 42.80 g; Węglowodany ogółem: 297.93 g; Kw. tł. nasycone: 22.06 g; Sól: 5.47 g; Sód: 1332.19 mg; Błonnik: 19.93 g; W tym cukry: 52.37 g; WW: 30.10 Por; Potas: 3668.97 mg; Wapń: 417.13 mg; Fosfor: 931.80 mg; Żelazo: 9.35 mg; Magnez: 235.79 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata maslowa 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 2 sztuki 200g , Salatką z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Mus owocowy 100g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 112.98 g; Tłuszcz ogółem: 48.11 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; Kw. tł. nasycone: 16.79 g; Sól: 5.92 g; Sód: 1217.53 mg; Błonnik: 17.09 g; W tym cukry: 50.93 g; WW: 28.89 Por; Potas: 3924.27 mg; Wapń: 363.01 mg; Fosfor: 1124.28 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 251.31 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata owocowa 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Serek kanapkowy 50g (MLE), Salata maslowa 10g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Salatką z buraczków i jabłka z olejem 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.54 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz ogółem: 44.25 g; Węglowodany ogółem: 271.79 g; Kw. tł. nasycone: 18.49 g; Sól: 4.66 g; Sód: 1157.22 mg; Błonnik: 13.91 g; W tym cukry: 41.25 g; WW: 27.38 Por; Potas: 3069.76 mg; Wapń: 321.52 mg; Fosfor: 856.38 mg; Żelazo: 6.60 mg; Magnez: 197.14 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata owocowa 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Serek kanapkowy 40g (MLE), Salata maslowa 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Salatką z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1838.44 kcal; Białko ogółem: 81.40 g; Tłuszcz ogółem: 50.32 g; Węglowodany ogółem: 238.63 g; Kw. tł. nasycone: 14.93 g; Sól: 2.35 g; Sód: 391.19 mg; Błonnik: 19.87 g; W tym cukry: 40.25 g; WW: 24.01 Por; Potas: 3460.57 mg; Wapń: 152.08 mg; Fosfor: 845.17 mg; Żelazo: 6.35 mg; Magnez: 196.22 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ), Herbata owocowa 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Szynka delikatna z fileta 80g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Dżem szt - 25g 1szt , Salata maslowa 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300ml (SEL), Ziemniaki z pietruszką 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Salatką z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Rzodkiewka czerwona 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jablko 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.20 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz ogółem: 61.98 g; Węglowodany ogółem: 283.94 g; Kw. tł. nasycone: 12.30 g; Sól: 6.63 g; Sód: 1060.33 mg; Błonnik: 32.36 g; W tym cukry: 63.78 g; WW: 28.54 Por; Potas: 3671.92 mg; Wapń: 198.11 mg; Fosfor: 974.97 mg; Żelazo: 10.80 mg; Magnez: 265.36 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata owocowa 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki z pietruszką 200g , Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (GLU, JAJ), Salatką z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka czerwona 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2039.01 kcal; Białko ogółem: 48.66 g; Tłuszcz ogółem: 54.32 g; Węglowodany ogółem: 320.25 g; Kw. tł. nasycone: 20.30 g; Sól: 3.78 g; Sód: 1319.73 mg; Błonnik: 31.66 g; W tym cukry: 56.02 g; WW: 32.25 Por; Potas: 3635.63 mg; Wapń: 418.70 mg; Fosfor: 854.18 mg; Żelazo: 10.46 mg; Magnez: 258.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-10-06		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata owocowa 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek kanapkowy 50g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z fileta 20g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Sałata masłowa 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki z pietruszką b/soli 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (<i>JAJ</i>), Polędwica ani drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1987.13 kcal; Białko ogółem: 66.08 g; Tłuszcz ogółem: 52.22 g; Węglowodany ogółem: 280.57 g; Kw. tł. nasycone: 20.69 g; Sól: 2.97 g; Sód: 441.45 mg; Błonnik: 20.83 g; W tym cukry: 48.20 g; WW: 28.25 Por; Potas: 3304.31 mg; Wapń: 332.68 mg; Fosfor: 738.53 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 180.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa 50g (MLE), Pasztet pieczony drobiowy 50g (GLU, SOJ, MLE), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 50g (JAJ, RYB, GOR), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złocista 20g (SOJ, MLE, SEL), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml , Ciasto drożdżowe 50g (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2588.12 kcal; Białko ogółem: 98.20 g; Tłuszcz ogółem: 87.18 g; Węglowodany ogółem: 362.12 g; Kw. tł. nasycone: 18.95 g; Sól: 8.26 g; Sód: 2753.70 mg; Błonnik: 36.66 g; W tym cukry: 80.27 g; WW: 36.32 Por; Potas: 3358.78 mg; Wapń: 606.23 mg; Fosfor: 1290.22 mg; Żelazo: 10.98 mg; Magnez: 340.36 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasztet pieczony drobiowy 50g (GLU, SOJ, MLE), Pasta twarogowa 30g (MLE), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU, MCK), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (JAJ, RYB, GOR), Szynka złocista 20g (SOJ, MLE, SEL), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 20g (MLE), Sok warzywny 300ml 1szt ,	Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2606.24 kcal; Białko ogółem: 113.16 g; Tłuszcz ogółem: 79.58 g; Węglowodany ogółem: 323.13 g; Kw. tł. nasycone: 21.55 g; Sól: 9.43 g; Sód: 3263.96 mg; Błonnik: 41.99 g; W tym cukry: 54.32 g; WW: 32.46 Por; Potas: 3790.14 mg; Wapń: 769.86 mg; Fosfor: 1536.37 mg; Żelazo: 12.99 mg; Magnez: 415.80 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Banan 1szt , Salata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z makreli 60g (JAJ, RYB, GOR), Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2442.03 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz ogółem: 75.81 g; Węglowodany ogółem: 361.55 g; Kw. tł. nasycone: 13.77 g; Sól: 6.43 g; Sód: 1585.48 mg; Błonnik: 23.16 g; W tym cukry: 77.33 g; WW: 36.50 Por; Potas: 3522.52 mg; Wapń: 360.56 mg; Fosfor: 836.21 mg; Żelazo: 8.26 mg; Magnez: 242.96 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Połędwica sopocka wieprzowa 60g (SOJ, MLE), Banan 1szt , Salata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z makreli 60g (JAJ, RYB, GOR), Szynka złocista 60g (SOJ, MLE, SEL), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2337.63 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz ogółem: 52.85 g; Węglowodany ogółem: 351.66 g; Kw. tł. nasycone: 11.62 g; Sól: 6.42 g; Sód: 1585.48 mg; Błonnik: 23.16 g; W tym cukry: 77.33 g; WW: 35.50 Por; Potas: 3522.52 mg; Wapń: 360.56 mg; Fosfor: 836.21 mg; Żelazo: 8.26 mg; Magnez: 242.96 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa 80g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Salata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (GLU, SEL), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (JAJ, RYB, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2147.97 kcal; Białko ogółem: 62.56 g; Tłuszcz ogółem: 75.93 g; Węglowodany ogółem: 313.62 g; Kw. tł. nasycone: 12.00 g; Sól: 2.24 g; Sód: 708.16 mg; Błonnik: 25.90 g; W tym cukry: 69.91 g; WW: 31.56 Por; Potas: 3175.86 mg; Wapń: 234.02 mg; Fosfor: 704.67 mg; Żelazo: 6.07 mg; Magnez: 197.87 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą mix 300ml (MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z mięsa drobiowego 80g , Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki (mix) 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp mix 200g (GLU, SEL), Kalafior gotowany na parze mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 100g (JAJ, RYB, GOR), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
--	--	---

Wartości odżywcze: Kcal: 2319.60 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz ogółem: 79.58 g; Węglowodany ogółem: 322.88 g; Kw. tł. nasycone: 14.90 g; Sól: 5.57 g; Sód: 1959.19 mg; Błonnik: 25.23 g; W tym cukry: 42.50 g; WW: 32.54 Por; Potas: 3271.43 mg; Wapń: 413.49 mg; Fosfor: 1049.47 mg; Żelazo: 9.32 mg; Magnez: 232.32 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka wieprzowa 30g (<i>SOJ, MLE</i>), Banan 1szt, Sałata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (<i>GLU, SEL</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 70g (<i>JAJ, RYB, GOR</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Szynka złociста 20g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2449.90 kcal; Białko ogółem: 94.95 g; Tłuszcz ogółem: 77.96 g; Węglowodany ogółem: 349.62 g; Kw. tł. nasycone: 13.79 g; Sól: 5.58 g; Sód: 1621.95 mg; Błonnik: 23.29 g; W tym cukry: 83.65 g; WW: 35.23 Por; Potas: 3705.12 mg; Wapń: 517.96 mg; Fosfor: 935.76 mg; Żelazo: 8.41 mg; Magnez: 259.81 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa 80g (<i>MLE</i>), Miód sztukowy 25g 1szt, Banan 1szt, Sałata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (<i>GLU, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml , Kalafior gotowany na parze mix 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (<i>JAJ, RYB, GOR</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pomidor b/skóry 50g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2480.15 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz ogółem: 70.84 g; Węglowodany ogółem: 369.79 g; Kw. tł. nasycone: 13.30 g; Sól: 4.27 g; Sód: 1479.77 mg; Błonnik: 20.92 g; W tym cukry: 75.83 g; WW: 37.30 Por; Potas: 3345.31 mg; Wapń: 414.59 mg; Fosfor: 933.83 mg; Żelazo: 8.08 mg; Magnez: 240.08 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Banan 1szt, Sałata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron bezglutenowy 200g , Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (<i>GLU, SEL</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (<i>JAJ, RYB, GOR</i>), Szynka złociста 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2258.23 kcal; Białko ogółem: 80.93 g; Tłuszcz ogółem: 77.84 g; Węglowodany ogółem: 317.00 g; Kw. tł. nasycone: 10.94 g; Sól: 2.34 g; Sód: 729.96 mg; Błonnik: 22.93 g; W tym cukry: 66.61 g; WW: 31.89 Por; Potas: 3457.58 mg; Wapń: 162.44 mg; Fosfor: 781.81 mg; Żelazo: 6.31 mg; Magnez: 224.73 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica drobiowa 60g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (<i>GLU, SEL</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (<i>JAJ, RYB, GOR</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (<i>JAJ, RYB, GOR</i>), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy (150g) 1szt (<i>SOJ</i>), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2199.73 kcal; Białko ogółem: 75.43 g; Tłuszcz ogółem: 85.68 g; Węglowodany ogółem: 297.34 g; Kw. tł. nasycone: 22.21 g; Sól: 9.87 g; Sód: 3079.15 mg; Błonnik: 31.23 g; W tym cukry: 57.75 g; WW: 29.88 Por; Potas: 2841.09 mg; Wapń: 227.92 mg; Fosfor: 919.33 mg; Żelazo: 9.51 mg; Magnez: 284.90 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (<i>MLE</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Banan 1szt, Sałata masłowa 10g , Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>),	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Potrawka warzywna z ciecierzą i groszkiem 200g (<i>MLE, SEL</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL, S02</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (<i>JAJ, RYB, GOR</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>), Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2320.98 kcal; Białko ogółem: 58.74 g; Tłuszcz ogółem: 62.55 g; Węglowodany ogółem: 345.59 g; Kw. tł. nasycone: 25.71 g; Sól: 6.84 g; Sód: 2459.09 mg; Błonnik: 37.19 g; W tym cukry: 90.41 g; WW: 34.72 Por; Potas: 3146.98 mg; Wapń: 429.71 mg; Fosfor: 909.43 mg; Żelazo: 8.50 mg; Magnez: 315.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-10-07		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (MLE), Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta twarogowa 80g (MLE), Banan 1szt , Sałata masłowa 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Makaron świderki b/soli 200g (GLU, JAJ), Sos bolognese z mięsem mielonym wp b/soli 200g (GLU, SEL), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka złociста 60g (SOJ, MLE, SEL), Pasta z makreli wędzonej z cebulką i ogórkiem kiszonym (WN) 60g (JAJ, RYB, GOR), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Waflę ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2428.99 kcal; Białko ogółem: 82.67 g; Tłuszcz ogółem: 82.80 g; Węglowodany ogółem: 348.82 g; Kw. tł. nasycone: 15.86 g; Sól: 2.48 g; Sód: 764.66 mg; Błonnik: 27.10 g; W tym cukry: 77.57 g; WW: 35.16 Por; Potas: 3371.36 mg; Wapń: 409.02 mg; Fosfor: 832.67 mg; Żelazo: 6.12 mg; Magnez: 213.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Ser żółty 30g (MLE), Parówka drobiowa 1 szt 1szt, Ketchup 10g, Ogórek konserwowy 100g,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml, Udko duszone 100g, Sos pieczeniowy 70ml (GLU),	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (MLE), Pomidor 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Jabłko 1szt,	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2515.28 kcal; Białko ogółem: 98.17 g; Tłuszcz ogółem: 89.76 g; Węglowodany ogółem: 330.22 g; Kw. tł. nasycone: 23.40 g; Sól: 7.15 g; Sód: 2501.84 mg; Błonnik: 43.22 g; W tym cukry: 83.73 g; WW: 33.14 Por; Potas: 3366.34 mg; Wapń: 859.67 mg; Fosfor: 1511.28 mg; Żelazo: 12.15 mg; Magnez: 332.35 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Parówka drobiowa 1 szt 1szt, Ogórek konserwowy 100g,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy b/c 250ml, Udko duszone 100g,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (MLE), Pomidor 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 ani drobiowa 20g (SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2317.23 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz ogółem: 75.50 g; Węglowodany ogółem: 273.20 g; Kw. tł. nasycone: 23.18 g; Sól: 7.08 g; Sód: 2510.70 mg; Błonnik: 45.17 g; W tym cukry: 47.16 g; WW: 27.43 Por; Potas: 3408.72 mg; Wapń: 903.72 mg; Fosfor: 1658.70 mg; Żelazo: 13.12 mg; Magnez: 375.45 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt - 25g 1szt, Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor b/skóry 90g, Pomarańcza 1/2szt 100g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml, Sos pieczeniowy 70ml (GLU), Udko duszone 100g,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2156.40 kcal; Białko ogółem: 77.14 g; Tłuszcz ogółem: 64.25 g; Węglowodany ogółem: 289.53 g; Kw. tł. nasycone: 27.16 g; Sól: 6.03 g; Sód: 2063.50 mg; Błonnik: 25.55 g; W tym cukry: 60.75 g; WW: 29.10 Por; Potas: 2592.39 mg; Wapń: 564.51 mg; Fosfor: 962.76 mg; Żelazo: 6.67 mg; Magnez: 220.06 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor b/skóry 90g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml, Udko duszone 100g, Sos pieczeniowy 70ml (GLU),	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 40g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 1996.13 kcal; Białko ogółem: 77.15 g; Tłuszcz ogółem: 40.97 g; Węglowodany ogółem: 259.60 g; Kw. tł. nasycone: 24.97 g; Sól: 6.01 g; Sód: 2060.50 mg; Błonnik: 23.65 g; W tym cukry: 52.05 g; WW: 26.10 Por; Potas: 2409.39 mg; Wapń: 531.51 mg; Fosfor: 939.76 mg; Żelazo: 6.27 mg; Magnez: 208.06 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Pomidor b/skóry 100g, Melon żółty 150g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Sos pieczeniowy 70ml (GLU), Udko duszone 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g,
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g, Mus owocowy 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Kcal: 1891.01 kcal; Białko ogółem: 48.91 g; Tłuszcz ogółem: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 243.09 g; Kw. tł. nasycone: 22.29 g; Sól: 4.51 g; Sód: 1173.34 mg; Błonnik: 27.06 g; W tym cukry: 31.63 g; WW: 24.36 Por; Potas: 1818.29 mg; Wapń: 163.50 mg; Fosfor: 493.46 mg; Żelazo: 3.79 mg; Magnez: 138.86 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta mięsna z jajkiem 80g (JAJ), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Udko duszone mix 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (MLE), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1901.45 kcal; Białko ogółem: 84.73 g; Tłuszcz ogółem: 56.89 g; Węglowodany ogółem: 269.73 g; Kw. tł. nasycone: 11.37 g; Sól: 3.70 g; Sód: 1264.64 mg; Błonnik: 29.66 g; W tym cukry: 55.71 g; WW: 27.15 Por; Potas: 2766.51 mg; Wapń: 580.84 mg; Fosfor: 1045.88 mg; Żelazo: 7.46 mg; Magnez: 206.49 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Salata maslowa 10g , Kefir 150g 1szt (MLE), Pomidor b/skóry 90g , Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml , Udko duszone 100g , Sos pieczeniowy 70ml (GLU),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 80g (SOJ), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 100g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2394.39 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz ogółem: 71.89 g; Węglowodany ogółem: 284.93 g; Kw. tł. nasycone: 34.30 g; Sól: 7.89 g; Sód: 2223.85 mg; Błonnik: 23.93 g; W tym cukry: 61.24 g; WW: 28.65 Por; Potas: 2704.89 mg; Wapń: 760.37 mg; Fosfor: 1208.29 mg; Żelazo: 6.73 mg; Magnez: 232.70 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: U. Ubogoreszkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica sopočka wieprzowa 50g (SOJ, MLE), Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko duszone 100g , Sos pieczeniowy 70ml (GLU),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1876.33 kcal; Białko ogółem: 83.37 g; Tłuszcz ogółem: 57.39 g; Węglowodany ogółem: 261.25 g; Kw. tł. nasycone: 10.98 g; Sól: 5.68 g; Sód: 1442.23 mg; Błonnik: 20.45 g; W tym cukry: 46.96 g; WW: 26.35 Por; Potas: 1983.21 mg; Wapń: 499.80 mg; Fosfor: 881.36 mg; Żelazo: 5.55 mg; Magnez: 172.29 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 80g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Sos pieczeniowy 70ml (GLU), Udko duszone 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (MLE), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2025.12 kcal; Białko ogółem: 72.25 g; Tłuszcz ogółem: 67.78 g; Węglowodany ogółem: 236.02 g; Kw. tł. nasycone: 28.90 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1346.83 mg; Błonnik: 21.55 g; W tym cukry: 38.39 g; WW: 23.76 Por; Potas: 3150.88 mg; Wapń: 268.57 mg; Fosfor: 961.47 mg; Żelazo: 5.54 mg; Magnez: 217.37 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Szynka delikatkowa drobiowa 50g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 10g , Ogórek konserwowy 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml , Udko duszone 100g , Sos pieczeniowy 70ml (GLU),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasta z mięsa drobiowego 80g , Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Banan 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2326.93 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Tłuszcz ogółem: 81.60 g; Węglowodany ogółem: 314.54 g; Kw. tł. nasycone: 20.80 g; Sól: 7.73 g; Sód: 2090.36 mg; Błonnik: 38.39 g; W tym cukry: 85.03 g; WW: 31.62 Por; Potas: 3391.17 mg; Wapń: 228.71 mg; Fosfor: 1051.06 mg; Żelazo: 9.61 mg; Magnez: 298.66 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek konserwowy 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Risotto z warzywami i tofu 300g (SOJ, SEL), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (SEL, S02), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (MLE), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2021.74 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz ogółem: 71.72 g; Węglowodany ogółem: 283.34 g; Kw. tł. nasycone: 19.05 g; Sól: 7.10 g; Sód: 2117.30 mg; Błonnik: 29.40 g; W tym cukry: 61.24 g; WW: 28.54 Por; Potas: 2626.01 mg; Wapń: 1041.76 mg; Fosfor: 1293.44 mg; Żelazo: 8.03 mg; Magnez: 244.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-10-08	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem szt - 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza bulgur 200g (<i>GLU</i>), Surówka z selera z jabłkiem i olejem 100g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>), Kompot owocowy 250ml , Udko duszone b/soli 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem b/soli 80g (<i>MLE</i>), Polędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2115.70 kcal; Białko ogółem: 69.10 g; Tłuszcz ogółem: 68.69 g; Węglowodany ogółem: 273.53 g; Kw. tł. nasycone: 28.35 g; Sól: 2.71 g; Sód: 669.78 mg; Błonnik: 28.98 g; W tym cukry: 58.18 g; WW: 27.53 Por; Potas: 2497.52 mg; Wapń: 562.00 mg; Fosfor: 857.23 mg; Żelazo: 5.33 mg; Magnez: 148.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-09 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Polędwica miodowa drobiowa 30g, Ogórek świeży 100g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g, Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Kompot owocowy 250ml, Surówka z białej kapusty, kukurydzy i pora z olejem 100g,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski 60g (MLE), Pomidor 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Pomarańcza 1/2szt 100g,	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb razowy 20g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (SOJ, MLE),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

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

piątek 2026-10-09 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Polędwica miodowa drobiowa 30g, Ogórek świeży 100g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g, Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Kompot owocowy b/c 250ml, Surówka z białej kapusty, kukurydzy i pora z olejem 100g,	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), 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, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

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

piątek 2026-10-09 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt, Pomidor b/skóry 50g, Banan 1szt,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g, Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (RYB), Kompot owocowy 250ml, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g,	Herbata czarna z cukrem 250ml, 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 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

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

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

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

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

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

piątek 2026-10-09 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (GLU, MLE), Herbata z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka 60g (JAJ, GOR), Pasta warzywna 100g (SEL),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryba gotowana na parze (miruna) puree 100g (RYB), Ziemniaki puree 200g, Warzywa mix 150g, Kompot owocowy 250ml, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g,	Herbata z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek wiejski mix 60g (MLE), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),

Jadłospisy dla oddziałów

		Posilek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Kcal: 1947.82 kcal; Białko ogółem: 76.38 g; Tłuszcz ogółem: 44.43 g; Węglowodany ogółem: 280.75 g; Kw. tł. nasycone: 23.14 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1529.90 mg; Błonnik: 26.14 g; W tym cukry: 48.59 g; WW: 28.35 Por; Potas: 3424.87 mg; Wapń: 492.37 mg; Fosfor: 841.28 mg; Żelazo: 8.33 mg; Magnez: 217.69 mg;		
piątek 2026-10-09 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica miodowa drobiowa 80g , Pasta z jajka 100g (<i>JAJ, GOR</i>), Koper 10g , Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 60g (<i>MLE</i>), Serek wiejski 80g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 80g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (<i>MLE</i>),
		Posilek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Kcal: 2505.01 kcal; Białko ogółem: 122.32 g; Tłuszcz ogółem: 70.22 g; Węglowodany ogółem: 282.55 g; Kw. tł. nasycone: 45.12 g; Sól: 9.80 g; Sód: 2229.16 mg; Błonnik: 17.03 g; W tym cukry: 48.20 g; WW: 28.50 Por; Potas: 3105.45 mg; Wapń: 1084.35 mg; Fosfor: 1226.09 mg; Żelazo: 7.38 mg; Magnez: 212.82 mg;		
piątek 2026-10-09 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 80g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Buraczki gotowane 100g ,
		Posilek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Kcal: 1827.01 kcal; Białko ogółem: 77.24 g; Tłuszcz ogółem: 43.70 g; Węglowodany ogółem: 267.08 g; Kw. tł. nasycone: 17.09 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1431.52 mg; Błonnik: 18.18 g; W tym cukry: 44.38 g; WW: 27.01 Por; Potas: 2971.25 mg; Wapń: 432.19 mg; Fosfor: 724.80 mg; Żelazo: 7.81 mg; Magnez: 185.14 mg;		
piątek 2026-10-09 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 60g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Koper 10g , Banan 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 80g (<i>MLE</i>), Połędwica ani drobiowa 20g (<i>SOJ</i>), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posilek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Wafle ryżowe 10g ,
Wartości odżywcze: Kcal: 1938.06 kcal; Białko ogółem: 63.09 g; Tłuszcz ogółem: 51.41 g; Węglowodany ogółem: 273.61 g; Kw. tł. nasycone: 20.98 g; Sól: 2.53 g; Sód: 651.73 mg; Błonnik: 23.36 g; W tym cukry: 73.04 g; WW: 27.59 Por; Potas: 3215.85 mg; Wapń: 221.01 mg; Fosfor: 514.10 mg; Żelazo: 5.27 mg; Magnez: 189.65 mg;		
piątek 2026-10-09 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Połędwica miodowa drobiowa 80g , Pasta z jajka 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Ogórek świeży 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (<i>SOJ</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Połędwica ani drobiowa 80g (<i>SOJ</i>), Dżem szt- 25g 2szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		Posilek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,
Wartości odżywcze: Kcal: 1768.97 kcal; Białko ogółem: 79.35 g; Tłuszcz ogółem: 45.32 g; Węglowodany ogółem: 284.04 g; Kw. tł. nasycone: 12.17 g; Sól: 7.01 g; Sód: 970.65 mg; Błonnik: 30.94 g; W tym cukry: 53.65 g; WW: 28.67 Por; Potas: 3043.25 mg; Wapń: 171.01 mg; Fosfor: 660.56 mg; Żelazo: 8.34 mg; Magnez: 219.81 mg;		
piątek 2026-10-09 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Zupa ml. z kaszą manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Dżem szt- 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba gotowana na parze (miruna) 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek wiejski 80g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,
		Posilek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Kcal: 1748.68 kcal; Białko ogółem: 71.16 g; Tłuszcz ogółem: 44.74 g; Węglowodany ogółem: 251.95 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1484.70 mg; Błonnik: 26.89 g; W tym cukry: 43.48 g; WW: 25.39 Por; Potas: 3094.75 mg; Wapń: 422.96 mg; Fosfor: 895.76 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 237.01 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-10 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), 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,	Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g, Kompot owocowy 250ml, Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Sos jogurtowo-owocowy 100g (MLE),	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (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 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2450.01 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz ogółem: 90.96 g; Węglowodany ogółem: 324.23 g; Kw. tł. nasycone: 24.20 g; Sól: 8.06 g; Sód: 2526.89 mg; Błonnik: 31.37 g; W tym cukry: 101.56 g; WW: 32.47 Por; Potas: 2609.95 mg; Wapń: 1123.57 mg; Fosfor: 1382.99 mg; Żelazo: 10.73 mg; Magnez: 281.67 mg;

sobota 2026-10-10 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 60g (GLU, SOJ), Rzodkiew biała z koperkiem 100g,	Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g, Kompot owocowy b/c 250ml, Zupa chłopska z ziemniakami i zacierką 300ml (GLU, SEL), Sos jogurtowo-owocowy b/cukru 100g (MLE),	Herbata czarna b/c 250ml, Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), 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 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

Wartości odżywcze: Kcal: 2269.77 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz ogółem: 78.71 g; Węglowodany ogółem: 259.25 g; Kw. tł. nasycone: 22.87 g; Sól: 8.90 g; Sód: 2614.69 mg; Błonnik: 34.76 g; W tym cukry: 46.07 g; WW: 26.05 Por; Potas: 2729.25 mg; Wapń: 1074.57 mg; Fosfor: 1475.11 mg; Żelazo: 11.83 mg; Magnez: 329.67 mg;

sobota 2026-10-10 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 60g (GLU, SOJ), Marchewka gotowana na parze plastry 100g, Babka 50g (GLU, JAJ, MLE),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g, Kompot owocowy 250ml, Sos jogurtowo-owocowy 100g (MLE),	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 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2049.84 kcal; Białko ogółem: 62.24 g; Tłuszcz ogółem: 64.49 g; Węglowodany ogółem: 310.42 g; Kw. tł. nasycone: 10.51 g; Sól: 5.60 g; Sód: 1071.75 mg; Błonnik: 18.20 g; W tym cukry: 63.05 g; WW: 31.25 Por; Potas: 2106.74 mg; Wapń: 488.55 mg; Fosfor: 777.80 mg; Żelazo: 6.10 mg; Magnez: 147.73 mg;

sobota 2026-10-10 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
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, Marchewka gotowana na parze plastry 100g, Babka 50g (GLU, JAJ, MLE),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g, Kompot owocowy 250ml, Sos jogurtowo-owocowy 100g (MLE),	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 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

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

sobota 2026-10-10 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 80g (GLU, SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt, Marchewka gotowana na parze 100g, Banan 1szt, Herbata czarna z cukrem 250ml,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Sos jogurtowo-owocowy 100g (MLE), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Dżem szt- 25g 1szt, Ogórek kiszony 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g,

Wartości odżywcze: Kcal: 2025.01 kcal; Białko ogółem: 45.33 g; Tłuszcz ogółem: 66.90 g; Węglowodany ogółem: 318.96 g; Kw. tł. nasycone: 8.50 g; Sól: 5.35 g; Sód: 896.97 mg; Błonnik: 23.41 g; W tym cukry: 65.83 g; WW: 32.21 Por; Potas: 2080.20 mg; Wapń: 204.79 mg; Fosfor: 493.86 mg; Żelazo: 3.67 mg; Magnez: 182.17 mg;

sobota 2026-10-10 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z mięsa drobiowego 40g, Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml mix 300ml (SEL), Kompot owocowy 250ml, Ryż z jabłkiem i cynamonem mix 300g, Sos jogurtowo-owocowy 100g (MLE),	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL), Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

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

sobota 2026-10-10 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 50g (GLU, SOJ), Serek kanapkowy 80g (MLE), Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g , Kompot owocowy 250ml , Sos jogurtowo-owocowy 100g (MLE),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Pasta twarogowa 80g (MLE), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2215.49 kcal; Białko ogółem: 75.46 g; Tłuszcz ogółem: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 271.74 g; Kw. tł. nasycone: 29.48 g; Sól: 6.87 g; Sód: 1376.91 mg; Błonnik: 17.52 g; W tym cukry: 47.17 g; WW: 27.35 Por; Potas: 2116.94 mg; Wapń: 554.97 mg; Fosfor: 899.56 mg; Żelazo: 5.52 mg; Magnez: 152.61 mg;

sobota 2026-10-10 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Szynka wieprzowa z liściem 50g (GLU, SOJ), Miód sztukowy 25g 1szt , Salata masłowa 10g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g , Sos jogurtowo-owocowy 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 40g (MLE), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 1957.84 kcal; Białko ogółem: 56.73 g; Tłuszcz ogółem: 62.45 g; Węglowodany ogółem: 298.13 g; Kw. tł. nasycone: 8.40 g; Sól: 4.42 g; Sód: 976.63 mg; Błonnik: 21.30 g; W tym cukry: 39.61 g; WW: 30.01 Por; Potas: 1975.00 mg; Wapń: 469.96 mg; Fosfor: 852.25 mg; Żelazo: 5.73 mg; Magnez: 230.48 mg;

sobota 2026-10-10 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (JAJ), Miód sztukowy 25g 2szt , Marchewka gotowana na parze 100g , Jabłko 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml , Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g , Sos jogurtowo-owocowy 100g (MLE),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 60g (MLE), Ser żółty 40g (MLE), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2090.65 kcal; Białko ogółem: 65.74 g; Tłuszcz ogółem: 73.43 g; Węglowodany ogółem: 292.92 g; Kw. tł. nasycone: 12.12 g; Sól: 1.88 g; Sód: 618.19 mg; Błonnik: 23.83 g; W tym cukry: 43.98 g; WW: 29.39 Por; Potas: 2088.02 mg; Wapń: 506.05 mg; Fosfor: 876.53 mg; Żelazo: 4.11 mg; Magnez: 131.62 mg;

sobota 2026-10-10 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiew biała z koperkiem 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300ml (MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml , Ryż na mleku roślinnym z jabłkiem 400ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasztet drobiowy zapiekany 50g , Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 10g , Jogurt kokosowy (150g) 1szt (SOJ),

Wartości odżywcze: Kcal: 1975.50 kcal; Białko ogółem: 47.77 g; Tłuszcz ogółem: 54.98 g; Węglowodany ogółem: 334.84 g; Kw. tł. nasycone: 15.99 g; Sól: 6.97 g; Sód: 1884.20 mg; Błonnik: 33.25 g; W tym cukry: 49.66 g; WW: 33.52 Por; Potas: 2003.40 mg; Wapń: 200.77 mg; Fosfor: 681.85 mg; Żelazo: 9.92 mg; Magnez: 220.58 mg;

sobota 2026-10-10 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (JAJ), Serek kanapkowy 40g (MLE), Miód sztukowy 25g 1szt , Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g , Sos jogurtowo-owocowy 100g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Ogórek kiszony 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Kcal: 2003.43 kcal; Białko ogółem: 64.14 g; Tłuszcz ogółem: 76.26 g; Węglowodany ogółem: 269.76 g; Kw. tł. nasycone: 18.82 g; Sól: 6.22 g; Sód: 2318.47 mg; Błonnik: 26.35 g; W tym cukry: 41.01 g; WW: 27.03 Por; Potas: 2127.94 mg; Wapń: 993.70 mg; Fosfor: 1192.34 mg; Żelazo: 7.54 mg; Magnez: 247.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-10-10		Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa
Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka wieprzowa z liściem 80g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Miód sztukowy 25g 1szt , Marchewka gotowana na parze 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g , Sos jogurtowo-owocowy 100g (<i>MLE</i>), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (<i>SEZ</i>), Masło sztukowe 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.55 kcal; Białko ogółem: 56.39 g; Tłuszcz ogółem: 72.51 g; Węglowodany ogółem: 282.98 g; Kw. tł. nasycone: 11.64 g; Sól: 4.86 g; Sód: 303.35 mg; Błonnik: 21.57 g; W tym cukry: 43.64 g; WW: 28.52 Por; Potas: 1881.94 mg; Wapń: 483.15 mg; Fosfor: 668.10 mg; Żelazo: 3.33 mg; Magnez: 111.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-11 Jadłospis dla diety: U. Podstawowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 60g (JAJ, GOR), Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Szyńka wieprzowa duszona 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Marchew surowa w słupkach 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Ciasto drożdżowe 40g (GLU, JAJ, MLE),	Podwieczorek: Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb graham 20g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

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

niedziela 2026-10-11 Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb razowy 50g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 60g (JAJ, GOR), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Szyńka wieprzowa duszona 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (GLU), Chleb graham 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Marchew surowa w słupkach 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 20g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Szyńka wieprzowa z liściem 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Orzechy włoskie 5szt (OZI),

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

niedziela 2026-10-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 60g (JAJ, GOR), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 70g , Melon żółty 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Szyńka wieprzowa duszona 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Salata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

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

niedziela 2026-10-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Kawa zbożowa na mleku b/c 300ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Pasta z białka jaja 60g (JAJ), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g , Szyńka wieprzowa duszona 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 10g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 40g (MLE), Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Salata masłowa 10g , Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 10g ,

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

niedziela 2026-10-11 Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)		
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Szyńka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g , Salata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

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

niedziela 2026-10-11 Jadłospis dla diety: U. Papkowata		
Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 80g (JAJ, GOR), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (SEL),	Zupa pomidorowa z ryżem mix 300ml (MLE, SEL), Szyńka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki puree 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Salata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

Jadłospisy dla oddziałów

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

niedziela 2026-10-11 Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g, Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Szynka wieprzowa duszona 200g, Ziemniaki 200g, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Twaróg 80g (MLE), Polędwica ani drobiowa 60g (SOJ), Sałata masłowa 10g, Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),

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

niedziela 2026-10-11 Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 40g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry 50g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g, Ziemniaki 200g, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Bułka pszenna krojona 100g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Sałata masłowa 10g, Ogórek kiszony tarty b/skóry 50g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

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

niedziela 2026-10-11 Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 80g (JAJ, GOR), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g, Ser żółty 40g (MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Szynka wieprzowa duszona 100g, Ziemniaki 200g, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Dżem szt- 25g 1szt, Serek kanapkowy 60g (MLE), Sałata masłowa 10g, Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Chrupki kukurydziane 30g,

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

niedziela 2026-10-11 Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna		
Herbata czarna b/c 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 30g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g, Pasta z jajka z zieleniną 60g (JAJ, GOR), Polędwica ani drobiowa 40g (SOJ), Ogórek kiszony 100g, Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (SOJ),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g, Szynka wieprzowa duszona 100g, Kompot owocowy 250ml, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Rama bezmleczna 2x10 g 20g, Pasta z mięsa drobiowego 50g, Szynka wieprzowa z liściem 40g (GLU, SOJ), Marchew surowa w słupkach 100g,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml, Banan 1szt,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt, Wafle ryżowe 10g,

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

niedziela 2026-10-11 Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 30g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną 40g (JAJ, GOR), Ogórek kiszony 100g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g, Tofu z cebulą 100g (SOJ), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb razowy 50g (GLU), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Sałata masłowa 10g, Rzodkiewka czerwona 100g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

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

niedziela 2026-10-11 Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa		
Kakao gotowane na mleku 250ml (SOJ, MLE), Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z zieleniną b/soli 80g (JAJ, GOR), Dżem szt- 25g 1szt, Pomidor b/skóry z koperkiem 100g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL), Ziemniaki 200g, Szynka wieprzowa duszona 100g, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb bezglutenowy 100g (SEZ), Masło sztukowe 15g 1szt (MLE), Serek kanapkowy 60g (MLE), Polędwica ani drobiowa 20g (SOJ), Ogórek kiszony tarty b/skóry 90g, Sałata masłowa 10g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE),

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

Jadłospisy dla oddziałów