

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-05-11		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Pomidor 45g, Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Kiwi 70g,	Zupa prowansalska z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 200g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 150g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rzodkiewka 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2123.15 kcal; Białko ogółem: 76.32 g; Tłuszcz: 98.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 252.02 g; suma cukrów prostych: 44.26 g; Błonnik pokarmowy: 20.03 g;		
sobota 2024-05-11		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Pomidor 45g, Herbata 200ml, Mix sałat 5g, II Śniadanie: Kiwi 70g,	Zupa prowansalska z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 200g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 150g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczerek: Kefir naturalny 150ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rzodkiewka 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1808.57 kcal; Białko ogółem: 67.21 g; Tłuszcz: 82.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 217.08 g; suma cukrów prostych: 22.72 g; Błonnik pokarmowy: 19.91 g;		
sobota 2024-05-11		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g, Cukinia parowana 45g, Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Zupa prowansalska z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 200g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 150g, Dynia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pietruszki 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1978.02 kcal; Białko ogółem: 70.42 g; Tłuszcz: 75.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 269.43 g; suma cukrów prostych: 67.09 g; Błonnik pokarmowy: 17.10 g;		
sobota 2024-05-11		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Pomidor 45g, Kakao 200ml (BIA), Mix sałat 5g, II Śniadanie: Kiwi 70g,	Zupa prowansalska z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 200g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 150g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rzodkiewka 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2123.15 kcal; Białko ogółem: 76.32 g; Tłuszcz: 98.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 252.02 g; suma cukrów prostych: 44.26 g; Błonnik pokarmowy: 20.03 g;		
sobota 2024-05-11		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g, Cukinia parowana 100g, Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż biały na sypko 150g, Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 200g (GLU, SEL), Dynia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jogurt naturalny 1szt, Zupa krem z korzenia pietruszki wzmocniona 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2286.34 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; Tłuszcz: 92.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 300.75 g; suma cukrów prostych: 76.65 g; Błonnik pokarmowy: 23.01 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-05-11		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Pomidor 45g, Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 80g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 200g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 150g, Dynia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rządkiwka 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2210.96 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 95.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 275.48 g; suma cukrów prostych: 58.07 g; Błonnik pokarmowy: 17.06 g;		
niedziela 2024-05-12		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g, Szpinak świeży 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka 70g,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Udo z indyka b/kości 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka czerwona świeża 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2062.91 kcal; Białko ogółem: 81.94 g; Tłuszcz: 84.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 275.52 g; suma cukrów prostych: 49.70 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;		
niedziela 2024-05-12		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g, Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Gruszka 70g,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Udo z indyka b/kości 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1szt,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka czerwona świeża 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1760.66 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 70.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 227.44 g; suma cukrów prostych: 22.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g;		
niedziela 2024-05-12		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt, Szyńka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł parowany 45g, Szpinak świeży 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Udo z indyka b/kości 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew oprószana 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka bartnika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Pasta z białych warzyw 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2540.60 kcal; Białko ogółem: 86.11 g; Tłuszcz: 87.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 386.27 g; suma cukrów prostych: 126.01 g; Błonnik pokarmowy: 35.15 g;		
niedziela 2024-05-12		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g, Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Gruszka 70g,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Udo z indyka b/kości 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka czerwona świeża 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1982.42 kcal; Białko ogółem: 79.12 g; Tłuszcz: 81.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 264.12 g; suma cukrów prostych: 38.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.73 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-05-12 Dieta: MCZ DIETA PAPPKOWATA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Szyńka drobiowa rodzinna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł mrożony 45g , Szpinak świeży 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g ,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Udo z indyka b/kości 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew gotowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka bartnika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Pasta z białych warzyw 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2508.60 kcal; Białko ogółem: 85.59 g; Tłuszcz: 85.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 422.93 g; suma cukrów prostych: 137.27 g; Błonnik pokarmowy: 35.49 g;		
niedziela 2024-05-12 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g , Mix sałat 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g ,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Udo z indyka b/kości 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka czerwona świeża 45g , Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2135.76 kcal; Białko ogółem: 83.85 g; Tłuszcz: 89.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 264.30 g; suma cukrów prostych: 48.57 g; Błonnik pokarmowy: 17.63 g;		
poniedziałek 2024-05-13 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Pomidor 45g , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Barszcz biały z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos meksykański z wieprzowiną 200g (GLU, SEL), Ryż brązowy na sypko 150g , Surówka z kapusty białej z zieleciną 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Połędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 20g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2303.91 kcal; Białko ogółem: 74.28 g; Tłuszcz: 78.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.41 g; Węglowodany ogółem: 351.46 g; suma cukrów prostych: 55.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g;		
poniedziałek 2024-05-13 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek śmietankowy 30g (BIA), Pomidor 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Barszcz biały z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos meksykański z wieprzowiną 200g (GLU, SEL), Ryż brązowy na sypko 150g , Surówka z kapusty białej z zieleciną 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Połędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 20g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1774.87 kcal; Białko ogółem: 69.93 g; Tłuszcz: 73.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 233.97 g; suma cukrów prostych: 34.45 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;		
poniedziałek 2024-05-13 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Miód 25g 1szt , Cukinia parowana 45g , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Barszcz biały z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos mięsny z jarzynami 200g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 150g , Cukinia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Połędwica wiśniowa 30g , Serek jogurtowy 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2254.44 kcal; Białko ogółem: 66.78 g; Tłuszcz: 79.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.34 g; Węglowodany ogółem: 333.47 g; suma cukrów prostych: 56.71 g; Błonnik pokarmowy: 16.28 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-13 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Pomidor 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Barszcz biały z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos meksykański z wieprzowiną 200g (GLU, SEL), Ryż brązowy na sypko 150g , Surówka z kapusty białej z zieleńką 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 20g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2262.08 kcal; Białko ogółem: 71.84 g; Tłuszcz: 76.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 348.31 g; suma cukrów prostych: 51.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g;		
poniedziałek 2024-05-13 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Miód 25g 1szt , Cukinia parowana 45g , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Barszcz biały z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos mięsny z jarzynami 200g (GLU, SEL), Ryż brązowy na sypko 150g , Cukinia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Zupa krem warzywna wzmocniona 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Herbata 200ml , Jogurt naturalny 150g 1szt , Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2063.25 kcal; Białko ogółem: 69.67 g; Tłuszcz: 74.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 300.79 g; suma cukrów prostych: 63.35 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g;		
poniedziałek 2024-05-13 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Pomidor 45g , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Barszcz biały z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż brązowy na sypko 150g , Sos mięsny z jarzynami 200g (GLU, SEL), Cukinia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser żółty półtłusty 20g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2308.53 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz: 82.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 340.78 g; suma cukrów prostych: 57.28 g; Błonnik pokarmowy: 21.16 g;		
wtorek 2024-05-14 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasta jajeczna z zieleńką 30g (JAJ, SEL, GOR), Szynka konserwowa 30g , Ogórki zielone 45g , Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sałatka z buraczków 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Papryka czerwona świeża 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2158.69 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 81.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 286.86 g; suma cukrów prostych: 77.22 g; Błonnik pokarmowy: 21.49 g;		
wtorek 2024-05-14 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasta jajeczna z zieleńką 30g (JAJ, SEL, GOR), Szynka konserwowa 30g , Ogórki zielone 45g , Roszponka 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Banan 70g ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sałatka z buraczków 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Surówka z marchewki i ogórka kiszzonego 100g ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Papryka czerwona świeża 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1962.61 kcal; Białko ogółem: 95.56 g; Tłuszcz: 76.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 241.85 g; suma cukrów prostych: 48.88 g; Błonnik pokarmowy: 21.23 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-05-14		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA, SEL), Szyunka konserwowa 30g , Seler parowany 45g (SEL), Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Kotlet warzywny 100g (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Dynia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Pasta z dyni 45g (SEL), Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2012.09 kcal; Białko ogółem: 72.24 g; Tłuszcz: 68.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 299.34 g; suma cukrów prostych: 76.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.90 g;		
wtorek 2024-05-14		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasta jajeczna z zieleciną 30g (JAJ, SEL, GOR), Szyunka konserwowa 30g , Ogórki zielone 45g , Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sałatka z buraczków 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Papryka czerwona świeża 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2158.69 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 81.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 286.86 g; suma cukrów prostych: 77.22 g; Błonnik pokarmowy: 21.49 g;		
wtorek 2024-05-14		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka konserwowa 30g , Twarożek 30g (BIA, SEL), Seler parowany 45g (SEL), Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Kotlet warzywny 100g (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Dynia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Zupa krem z dyni wzmocniona 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Herbata 200ml , Jogurt naturalny 150g 1szt , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2163.78 kcal; Białko ogółem: 76.77 g; Tłuszcz: 78.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 312.64 g; suma cukrów prostych: 84.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.81 g;		
wtorek 2024-05-14		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka konserwowa 30g , Pasta jajeczna z zieleciną 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g , Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Kotlet warzywny 100g (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Dynia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Papryka czerwona świeża 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2001.19 kcal; Białko ogółem: 70.40 g; Tłuszcz: 69.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; suma cukrów prostych: 75.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.87 g;		
środa 2024-05-15		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopocka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dżem owocowy 25g 1szt , Rzodkiew biała 45g , Sałata 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Pomarańcza 70g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Bitka z szynki wieprzowej 90g (SEL), Sos pieczeniowy ciemny 50g (GLU, SEL), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU), Fasolka szparagowa z bułką tartą 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA, SEL), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 45g , Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1994.80 kcal; Białko ogółem: 79.41 g; Tłuszcz: 74.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 269.49 g; suma cukrów prostych: 49.94 g; Błonnik pokarmowy: 21.08 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-05-15		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Masło extra 12g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Polędwica sopocka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek jogurtowy 30g (BIA), Rzodkiew biała 45g, Sałata 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Pomarańcza 70g,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Bitka z szynki wieprzowej 90g (SEL), Sos pieczeniowy ciemny 50g (GLU, SEL), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU), Fasolka szparagowa z bułką tartą 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA, SEL), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1860.28 kcal; Białko ogółem: 86.87 g; Tłuszcz: 77.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 215.88 g; suma cukrów prostych: 28.38 g; Błonnik pokarmowy: 20.96 g;		
środa 2024-05-15		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopocka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dżem owocowy 25g 1szt, Cukinia parowana 45g, Sałata 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Bitka z szynki wieprzowej 90g (SEL), Sos pieczeniowy ciemny 50g (GLU, SEL), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU), Marchew gotowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA, SEL), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pietruszki 45g (SEL), Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2319.78 kcal; Białko ogółem: 81.44 g; Tłuszcz: 79.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 337.56 g; suma cukrów prostych: 90.69 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g;		
środa 2024-05-15		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (GLU, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopocka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dżem owocowy 25g 1szt, Rzodkiew biała 45g, Sałata 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Pomarańcza 70g,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Bitka z szynki wieprzowej 90g (SEL), Sos pieczeniowy ciemny 50g (GLU, SEL), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU), Fasolka szparagowa z bułką tartą 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA, SEL), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1994.80 kcal; Białko ogółem: 79.41 g; Tłuszcz: 74.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 269.49 g; suma cukrów prostych: 49.94 g; Błonnik pokarmowy: 21.08 g;		
środa 2024-05-15		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopocka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dżem owocowy 25g 1szt, Cukinia parowana 45g, Kakao 200ml (BIA), Sałata 5g, II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Bitka z szynki wieprzowej 90g (SEL), Sos pieczeniowy ciemny 50g (GLU, SEL), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU), Marchew gotowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA, SEL), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pietruszki 45g (SEL), Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2319.78 kcal; Białko ogółem: 81.44 g; Tłuszcz: 79.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 337.56 g; suma cukrów prostych: 90.69 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g;		
środa 2024-05-15		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopocka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dżem owocowy 25g 1szt, Rzodkiew biała 45g, Sałata 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Bitka z szynki wieprzowej 90g (SEL), Sos pieczeniowy ciemny 50g (GLU, SEL), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU), Marchew gotowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA, SEL), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 30g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2237.27 kcal; Białko ogółem: 79.05 g; Tłuszcz: 73.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 333.21 g; suma cukrów prostych: 88.76 g; Błonnik pokarmowy: 22.64 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-05-16 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Paprykarz 30g (RYB, SOJ, SEL), Szyńka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłka świeże 70g,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Sos serowo-szpinakowy 200ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Surówka z kapusty białej i buraczków 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Polędwica wiśniowa 30g, Papryka czerwona świeża 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1795.81 kcal; Białko ogółem: 62.81 g; Tłuszcz: 78.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 225.10 g; suma cukrów prostych: 56.92 g; Błonnik pokarmowy: 17.41 g;		
czwartek 2024-05-16 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 150g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Paprykarz 30g (RYB, SOJ, SEL), Szyńka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Jabłka świeże 70g,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Sos serowo-szpinakowy 200ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Surówka z kapusty białej i buraczków 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 100g,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Polędwica wiśniowa 30g, Papryka czerwona świeża 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1694.11 kcal; Białko ogółem: 52.91 g; Tłuszcz: 69.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 234.47 g; suma cukrów prostych: 32.80 g; Błonnik pokarmowy: 21.14 g;		
czwartek 2024-05-16 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g, Włoszczyzna parowana 45g (SEL), Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 80g,	Zupa krem z białych warzyw 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos serowo-szpinakowy 200ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Marchew gotowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek jogurtowy 30g (BIA), Pasta z białych warzyw 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2260.00 kcal; Białko ogółem: 60.21 g; Tłuszcz: 85.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.31 g; Węglowodany ogółem: 334.33 g; suma cukrów prostych: 113.46 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g;		
czwartek 2024-05-16 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Paprykarz 30g (RYB, SOJ, SEL), Szyńka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Jabłka świeże 70g,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Sos serowo-szpinakowy 200ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Surówka z kapusty białej i buraczków 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Polędwica wiśniowa 30g, Papryka czerwona świeża 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1753.98 kcal; Białko ogółem: 60.37 g; Tłuszcz: 76.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.76 g; Węglowodany ogółem: 221.96 g; suma cukrów prostych: 53.45 g; Błonnik pokarmowy: 17.41 g;		
czwartek 2024-05-16 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Powidła śliwkowe 25g, Szyńka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 45g (SEL), Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 80g,	Zupa krem z białych warzyw 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos serowo-szpinakowy 200ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Marchew gotowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 150g (GLU), Zupa krem z selera wzmocniona 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Jogurt naturalny 150g 1szt, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2474.07 kcal; Białko ogółem: 77.66 g; Tłuszcz: 87.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.36 g; Węglowodany ogółem: 368.66 g; suma cukrów prostych: 120.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.71 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-05-16 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Paprykarz 30g (RYB, SOJ, SEL), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 80g,	Zupa krem z białych warzyw 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos serowo-szpinakowy 200ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Dynia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Połędwica wiśniowa 30g, Papryka czerwona świeża 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1875.15 kcal; Białko ogółem: 65.92 g; Tłuszcz: 75.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.22 g; Węglowodany ogółem: 251.25 g; suma cukrów prostych: 60.45 g; Błonnik pokarmowy: 20.16 g;		
piątek 2024-05-17 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Miód 25g 1szt, Ogórki zielone 45g, Sałata 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mandarynka świeża 70g,	Zupa pomidorowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB), Sos pietruszkowy 50g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Sałatka makaronowa z majonezem 45g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2438.14 kcal; Białko ogółem: 84.47 g; Tłuszcz: 81.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 360.33 g; suma cukrów prostych: 49.25 g; Błonnik pokarmowy: 20.42 g;		
piątek 2024-05-17 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g, Ogórki zielone 45g, Sałata 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Mandarynka świeża 70g,	Zupa pomidorowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB), Sos pietruszkowy 50g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczerek: Jogurt naturalny 1szt,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Sałatka makaronowa z majonezem 45g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g,
Wartości odżywcze: Energia : 2018.22 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 81.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.50 g; Węglowodany ogółem: 241.78 g; suma cukrów prostych: 49.10 g; Błonnik pokarmowy: 18.62 g;		
piątek 2024-05-17 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Miód 25g 1szt, Seler parowany 45g (SEL), Sałata 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa dyniowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB), Sos pietruszkowy 50g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2496.25 kcal; Białko ogółem: 86.32 g; Tłuszcz: 69.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 397.68 g; suma cukrów prostych: 73.21 g; Błonnik pokarmowy: 20.26 g;		
piątek 2024-05-17 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Miód 25g 1szt, Ogórki zielone 45g, Sałata 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Mandarynka świeża 70g,	Zupa pomidorowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB), Sos pietruszkowy 50g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Sałatka makaronowa z majonezem 45g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2396.31 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz: 79.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 357.18 g; suma cukrów prostych: 45.78 g; Błonnik pokarmowy: 20.42 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-17		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Miód 25g 1szt, Seler parowany 45g (SEL), Sałata 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa dyniowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB), Sos pietruszkowy 50g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2496.25 kcal; Białko ogółem: 86.32 g; Tłuszcz: 69.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 397.68 g; suma cukrów prostych: 73.21 g; Błonnik pokarmowy: 20.26 g;		
piątek 2024-05-17		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Miód 25g 1szt, Ogórkii zielone 45g, Sałata 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa dyniowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB), Sos pietruszkowy 50g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 20g (BIA), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2492.64 kcal; Białko ogółem: 83.37 g; Tłuszcz: 72.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 393.92 g; suma cukrów prostych: 71.07 g; Błonnik pokarmowy: 18.47 g;		
sobota 2024-05-18		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Pomidor 45g, Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Arbuz 70g,	Zupa z fasolką szparagową 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Pyzy z mięsem 200g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rzodkiewka 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2111.14 kcal; Białko ogółem: 75.97 g; Tłuszcz: 93.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.18 g; Węglowodany ogółem: 261.32 g; suma cukrów prostych: 39.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.34 g;		
sobota 2024-05-18		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Pomidor 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Arbuz 70g,	Zupa z fasolką szparagową 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Pyzy z mięsem 200g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczerek: Kefir naturalny 200ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rzodkiewka 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1938.58 kcal; Białko ogółem: 71.80 g; Tłuszcz: 88.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 234.51 g; suma cukrów prostych: 24.48 g; Błonnik pokarmowy: 21.21 g;		
sobota 2024-05-18		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g, Cukinia parowana 45g, Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 80g,	Zupa z fasolką szparagową 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 200ml, Pyzy z mięsem 200g, Brokuł parowany 100g,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek śmietankowy 30g (BIA), Pasta z pietruszki 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1868.90 kcal; Białko ogółem: 56.48 g; Tłuszcz: 62.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 287.47 g; suma cukrów prostych: 63.31 g; Błonnik pokarmowy: 19.48 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-05-18		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Pomidor 45g, Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Arbuz 70g,	Zupa z fasolką szparagową 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Pyzy z mięsem 200g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rzodkiewka 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2224.09 kcal; Białko ogółem: 79.12 g; Tłuszcz: 94.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 285.98 g; suma cukrów prostych: 40.36 g; Błonnik pokarmowy: 22.82 g;		
sobota 2024-05-18		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g, Cukinia parowana 45g, Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 80g,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 350g (GLU, SOJ, SEL), Pyzy z mięsem 200g, Brokuł parowany 100g, Kompot owocowy 200ml,	Zupa krem z korzenia pietruszki wzmocniona 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Herbata 250ml, Jogurt naturalny 150g 1szt, Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1674.34 kcal; Białko ogółem: 54.55 g; Tłuszcz: 64.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 239.18 g; suma cukrów prostych: 70.78 g; Błonnik pokarmowy: 21.41 g;		
sobota 2024-05-18		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Pomidor 45g, Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 80g,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 350g (GLU, SOJ, SEL), Pyzy z mięsem 200g, Brokuł parowany 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pietruszki 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1954.59 kcal; Białko ogółem: 58.89 g; Tłuszcz: 78.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 269.24 g; suma cukrów prostych: 53.51 g; Błonnik pokarmowy: 18.53 g;		
niedziela 2024-05-19		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajecznica z szynką drobiową 100g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g, Szpinak świeży 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka 70g,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sałatka z buraczków 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka czerwona świeża 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: wafelki 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2707.53 kcal; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 116.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.28 g; Węglowodany ogółem: 322.05 g; suma cukrów prostych: 102.01 g; Błonnik pokarmowy: 19.77 g;		
niedziela 2024-05-19		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajecznica z szynką drobiową 100g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g, Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Gruszka 70g,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sałatka z buraczków 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka czerwona świeża 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2117.40 kcal; Białko ogółem: 113.10 g; Tłuszcz: 96.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 209.00 g; suma cukrów prostych: 22.17 g; Błonnik pokarmowy: 18.66 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-05-19 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy 25g 1szt , Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł mrożony 45g , Szpinak świeży 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Brokuł parowany 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka bartnika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Pasta z białych warzyw 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2531.97 kcal; Białko ogółem: 97.39 g; Tłuszcz: 103.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.56 g; Węglowodany ogółem: 320.95 g; suma cukrów prostych: 96.31 g; Błonnik pokarmowy: 20.17 g;		
niedziela 2024-05-19 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajecznica z szynką drobiową 100g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Gruszka 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sałatka z buraczków 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka czerwona świeża 45g , Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2627.04 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 113.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.72 g; Węglowodany ogółem: 310.64 g; suma cukrów prostych: 90.56 g; Błonnik pokarmowy: 19.65 g;		
niedziela 2024-05-19 Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł mrożony 45g , Szpinak świeży 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Brokuł parowany 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka bartnika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Pasta z białych warzyw 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2670.57 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 103.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.60 g; Węglowodany ogółem: 354.70 g; suma cukrów prostych: 129.11 g; Błonnik pokarmowy: 20.53 g;		
niedziela 2024-05-19 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajecznica z szynką drobiową 100g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g , Szpinak świeży 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Brokuł parowany 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka czerwona świeża 45g , Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2716.57 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 117.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.45 g; Węglowodany ogółem: 316.77 g; suma cukrów prostych: 92.83 g; Błonnik pokarmowy: 16.85 g;		
poniedziałek 2024-05-20 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Paszтет z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Pomidor 45g , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Zupa brokułowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sos grecki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Połędwica wiśniowa 30g , Ser żółty półtusty 20g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2087.03 kcal; Białko ogółem: 73.58 g; Tłuszcz: 61.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 329.71 g; suma cukrów prostych: 56.38 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-20		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek śmietankowy 30g (BIA), Pomidor 45g, Sałata 5g, Herbata 200ml II Śniadanie: Jabłka świeże 70g,	Zupa brokułowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sos grecki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica wiśniowa 30g, Ser żółty półtusty 20g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1557.99 kcal; Białko ogółem: 69.23 g; Tłuszcz: 56.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 212.22 g; suma cukrów prostych: 35.41 g; Błonnik pokarmowy: 19.29 g;		
poniedziałek 2024-05-20		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Miód 25g 1szt, Dynia parowana 45g, Sałata 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Zupa brokułowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sos grecki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica wiśniowa 30g, Serek jogurtowy 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2129.46 kcal; Białko ogółem: 70.87 g; Tłuszcz: 64.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 332.84 g; suma cukrów prostych: 58.82 g; Błonnik pokarmowy: 18.71 g;		
poniedziałek 2024-05-20		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt, Pomidor 45g, Sałata 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Jabłka świeże 70g,	Zupa brokułowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sos grecki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica wiśniowa 30g, Ser żółty półtusty 20g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2045.20 kcal; Białko ogółem: 71.13 g; Tłuszcz: 59.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 326.56 g; suma cukrów prostych: 52.91 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g;		
poniedziałek 2024-05-20		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Miód 25g 1szt, Dynia parowana 45g, Sałata 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Zupa brokułowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sos grecki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Zupa krem warzywna wzmocniona 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Herbata 200ml, Jogurt naturalny 150g 1szt, Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1921.17 kcal; Białko ogółem: 72.91 g; Tłuszcz: 58.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 294.38 g; suma cukrów prostych: 65.02 g; Błonnik pokarmowy: 20.70 g;		
poniedziałek 2024-05-20		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt, Pomidor 45g, Sałata 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Zupa brokułowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sos grecki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser żółty półtusty 20g (BIA), Polędwica wiśniowa 30g, Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2164.43 kcal; Białko ogółem: 75.38 g; Tłuszcz: 66.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 332.95 g; suma cukrów prostych: 58.18 g; Błonnik pokarmowy: 18.69 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny