

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-11		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Rzodkiewka 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), Mizeria z jogurtem 100g (BIA), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 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: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2034.27 kcal; Białko ogółem: 83.45 g; Tłuszcz: 73.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 277.64 g; suma cukrów prostych: 45.65 g; Błonnik pokarmowy: 20.04 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Rzodkiewka 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), Mizeria z jogurtem 100g (BIA), Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Maślanka naturalna 200ml (BIA),	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: Serek homogenizowany naturalny 150g,
Wartości odżywcze: Energia : 1892.18 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 68.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 236.40 g; suma cukrów prostych: 49.02 g; Błonnik pokarmowy: 17.22 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), 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), Cukinia 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 brokuła 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1887.39 kcal; Białko ogółem: 68.27 g; Tłuszcz: 58.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 291.77 g; suma cukrów prostych: 49.25 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Rzodkiewka 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), Mizeria z jogurtem 100g (BIA), 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: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2034.27 kcal; Białko ogółem: 83.45 g; Tłuszcz: 73.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 277.64 g; suma cukrów prostych: 45.65 g; Błonnik pokarmowy: 20.04 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-11		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), 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), Kotleć warzywny 100g (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Zupa krem z brokuła wzmocniona 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Herbata 200ml, Jogurt naturalny 150g 1szt, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1732.68 kcal; Białko ogółem: 67.08 g; Tłuszcz: 60.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 251.34 g; suma cukrów prostych: 53.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Masło extra 12g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Szyńka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Rzodkiewka 45g, Roszponka 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Kotleć warzywny 100g (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g, Papryka czerwona świeża 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1884.56 kcal; Białko ogółem: 67.38 g; Tłuszcz: 58.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 290.90 g; suma cukrów prostych: 48.40 g; Błonnik pokarmowy: 22.17 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło roślinne 12g, Szyńka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 50g (JAJ, SEL, GOR), Rzodkiewka 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Banan 70g,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU), Mizeria z jogurtem 100g (BIA), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło roślinne 12g, Szyńka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g, Papryka czerwona świeża 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1779.04 kcal; Białko ogółem: 75.35 g; Tłuszcz: 61.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 248.51 g; suma cukrów prostych: 20.70 g; Błonnik pokarmowy: 20.71 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ WEWNĘTRZNY		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Rzodkiewka 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), Cukinia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g, Papryka czerwona świeża 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2010.24 kcal; Białko ogółem: 82.03 g; Tłuszcz: 72.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 275.38 g; suma cukrów prostych: 43.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.53 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-12		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (<i>GLU, BIA</i>), Chleb pszenno-żytni 100g (<i>GLU</i>), Masło extra 12g (<i>BIA</i>), Polędwica sopocka 30g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</i>), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Ogórki małosolne 45g , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (<i>GLU, BIA</i>), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g ,	Zupa dyniowa z ryżem 350g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL</i>), Filet drobiowy panierowany 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki puree 150g (<i>BIA</i>), Marchew z groszkiem oprószana 100g (<i>GLU, BIA</i>), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (<i>GLU</i>), Masło extra 12g (<i>BIA</i>), Twarożek 30g (<i>BIA, SEL</i>), Rolada z kurczakiem 30g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</i>), Carpaccio z buraka 30g , Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2138.50 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 62.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 314.30 g; suma cukrów prostych: 75.89 g; Błonnik pokarmowy: 21.38 g;		
środa 2024-06-12		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Bulion warzywny 350g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Bułka pszenna 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 12g , Polędwica sopocka 30g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</i>), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Ogórki małosolne 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Truskawka świeża Zagłębie 70g ,	Zupa dyniowa z ryżem 350g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL</i>), Filet drobiowy panierowany 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki puree 150g (<i>BIA</i>), Marchew z groszkiem oprószana 100g (<i>GLU, BIA</i>), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (<i>GLU</i>), Masło extra 12g (<i>BIA</i>), Rolada z kurczakiem 30g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</i>), Paszтет drobiowy 30g (<i>GLU, SEL, GOR</i>), Carpaccio z buraka 45g , Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1925.32 kcal; Białko ogółem: 84.14 g; Tłuszcz: 57.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.21 g; Węglowodany ogółem: 286.24 g; suma cukrów prostych: 53.23 g; Błonnik pokarmowy: 20.55 g;		
środa 2024-06-12		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ WEWNĘTRZNY		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (<i>GLU, BIA</i>), Chleb pszenno-żytni 100g (<i>GLU</i>), Masło extra 12g (<i>BIA</i>), Polędwica sopocka 30g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</i>), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Ogórki małosolne 45g , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (<i>GLU, BIA</i>), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g ,	Zupa dyniowa z ryżem 350g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL</i>), Filet drobiowy panierowany 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki puree 150g (<i>BIA</i>), Marchew z groszkiem oprószana 100g (<i>GLU, BIA</i>), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (<i>GLU</i>), Masło extra 12g (<i>BIA</i>), Twarożek 30g (<i>BIA, SEL</i>), Rolada z kurczakiem 30g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</i>), Carpaccio z buraka 45g , Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2144.66 kcal; Białko ogółem: 96.85 g; Tłuszcz: 62.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; suma cukrów prostych: 77.06 g; Błonnik pokarmowy: 21.74 g;		
czwartek 2024-06-13		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (<i>GLU, JAJ, BIA</i>), Chleb pszenno-żytni 100g (<i>GLU</i>), Masło extra 12g (<i>BIA</i>), Paprykarz 30g (<i>RYB, SOJ, SEL</i>), Szynka złocista 30g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</i>), Pomidor 45g , Rukola 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (<i>GLU, BIA</i>), II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL</i>), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Kasza gryczana palona na sypko 150g , Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (<i>GLU</i>), Masło extra 12g (<i>BIA</i>), Jajko gotowane 0.5szt (<i>JAJ</i>), Polędwica wiśniowa 30g , Ogórki małosolne 45g , Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (<i>BIA</i>),
Wartości odżywcze: Energia : 1832.83 kcal; Białko ogółem: 70.86 g; Tłuszcz: 79.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 225.17 g; suma cukrów prostych: 40.48 g; Błonnik pokarmowy: 17.11 g;		
czwartek 2024-06-13		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 150g (<i>GLU</i>), Masło extra 12g (<i>BIA</i>), Paprykarz 30g (<i>RYB, SOJ, SEL</i>), Szynka złocista 30g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</i>), Pomidor 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL</i>), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Kasza gryczana palona na sypko 150g , Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Surówka z marchewki i selera 100g (<i>SEL</i>),	Chleb ziarnisty 100g (<i>GLU</i>), Masło extra 12g (<i>BIA</i>), Jajko gotowane 0.5szt (<i>JAJ</i>), Polędwica wiśniowa 30g , Ogórki małosolne 45g , Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (<i>BIA</i>),
Wartości odżywcze: Energia : 1808.18 kcal; Białko ogółem: 67.71 g; Tłuszcz: 73.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 239.29 g; suma cukrów prostych: 22.73 g; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-13 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka 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 70g,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL), Kasza gryczana palona na sypko 150g, Dynia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica wieśniowa 30g, Serek jogurtowy 30g (BIA), Pasta z białych warzyw 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1891.74 kcal; Białko ogółem: 67.62 g; Tłuszcz: 82.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.77 g; Węglowodany ogółem: 237.60 g; suma cukrów prostych: 55.20 g; Błonnik pokarmowy: 18.21 g;		
czwartek 2024-06-13 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), Paprykarz 30g (RYB, SOJ, SEL), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Jabłka świeże 70g,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL), Kasza gryczana palona na sypko 150g, Surówka z kapusty czerwonej 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Polędwica wieśniowa 30g, Ogórki małosolne 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1791.00 kcal; Białko ogółem: 68.41 g; Tłuszcz: 77.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 222.03 g; suma cukrów prostych: 37.01 g; Błonnik pokarmowy: 17.11 g;		
czwartek 2024-06-13 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Powidła śliwkowe 25g, Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 45g (SEL), Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL), Kasza gryczana palona na sypko 150g, Dynia parowana 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 : 2058.02 kcal; Białko ogółem: 79.81 g; Tłuszcz: 81.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 271.28 g; suma cukrów prostych: 61.76 g; Błonnik pokarmowy: 21.80 g;		
czwartek 2024-06-13 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, 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 70g,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL), Kasza gryczana palona na sypko 150g, Dynia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Polędwica wieśniowa 30g, Ogórki małosolne 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1746.55 kcal; Białko ogółem: 69.80 g; Tłuszcz: 70.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 224.18 g; suma cukrów prostych: 41.93 g; Błonnik pokarmowy: 16.68 g;		
czwartek 2024-06-13 Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Bulion warzywny 350g (GLU, SOJ, SEL), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło roślinne 12g, Paprykarz 30g (RYB, SOJ, SEL), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Herbata 200ml, Rukola 5g, II Śniadanie: Jabłka świeże 70g,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL), Kasza gryczana palona na sypko 150g, Surówka z kapusty czerwonej 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Polędwica wieśniowa 30g, Ogórki małosolne 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1729.83 kcal; Białko ogółem: 66.07 g; Tłuszcz: 69.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 229.18 g; suma cukrów prostych: 21.52 g; Błonnik pokarmowy: 20.82 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-13 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ WEWNĘTRZNY		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Paprykarz 30g (RYB, SOJ, SEL), Szyunka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL), Kasza gryczana palona na sypko 150g, Dynia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Polędwica wiśniowa 30g, Ogórki małosolne 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1883.43 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz: 73.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 249.13 g; suma cukrów prostych: 42.21 g; Błonnik pokarmowy: 18.81 g;		
piątek 2024-06-14 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 minestrone z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 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: Mus owocowy 1g,
Wartości odżywcze: Energia : 2237.00 kcal; Białko ogółem: 76.78 g; Tłuszcz: 69.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 346.27 g; suma cukrów prostych: 64.26 g; Błonnik pokarmowy: 21.29 g;		
piątek 2024-06-14 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g, Sałata 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Mandarynka świeża 70g,	Zupa minestrone z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1szt,	Chleb ziarnisty 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: Serek homogenizowany naturalny 150g,
Wartości odżywcze: Energia : 1930.72 kcal; Białko ogółem: 94.72 g; Tłuszcz: 69.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 250.33 g; suma cukrów prostych: 64.07 g; Błonnik pokarmowy: 20.13 g;		
piątek 2024-06-14 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: Brzoskwinia w syropie 70g,	Zupa jarzynowa z makaronem (OT) 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), 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: Mus owocowy 1g,
Wartości odżywcze: Energia : 2228.86 kcal; Białko ogółem: 81.60 g; Tłuszcz: 63.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 347.81 g; suma cukrów prostych: 63.73 g; Błonnik pokarmowy: 17.65 g;		
piątek 2024-06-14 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Chleb ziarnisty 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 minestrone z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 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: Mus owocowy 1g,
Wartości odżywcze: Energia : 2195.18 kcal; Białko ogółem: 74.34 g; Tłuszcz: 67.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 343.12 g; suma cukrów prostych: 60.79 g; Błonnik pokarmowy: 21.29 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-14		
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 jarzynowa z makaronem (OT) 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), 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: Mus owocowy 1g,
Wartości odżywcze: Energia : 2288.71 kcal; Białko ogółem: 82.23 g; Tłuszcz: 63.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 362.62 g; suma cukrów prostych: 71.50 g; Błonnik pokarmowy: 18.72 g;		
piątek 2024-06-14		
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, Ogórki zielone 45g, Sałata 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa jarzynowa z makaronem (OT) 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), 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: Mus owocowy 1g,
Wartości odżywcze: Energia : 2285.10 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz: 65.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 358.85 g; suma cukrów prostych: 69.35 g; Błonnik pokarmowy: 16.93 g;		
piątek 2024-06-14		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Bulion warzywny 350g (GLU, SOJ, SEL), Masło extra 12g (BIA), Ogórki zielone 45g, Miód 25g 1szt, Sałata 5g, II Śniadanie: Mandarynka świeża 70g,	Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml, Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml, Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL),	Masło extra 12g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Herbata 200ml, Polędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasztet drobiowy 30g (GLU, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Szpinak świeży 5g, Posiłek nocny: Mus owocowy 1g,
Wartości odżywcze: Energia : 2029.65 kcal; Białko ogółem: 65.33 g; Tłuszcz: 58.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 332.85 g; suma cukrów prostych: 48.91 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g;		
piątek 2024-06-14		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ WEWNĘTRZNY		
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: Banan 70g,	Zupa minestrone z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 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: Mus owocowy 1g,
Wartości odżywcze: Energia : 2187.86 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz: 60.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 351.95 g; suma cukrów prostych: 66.98 g; Błonnik pokarmowy: 19.49 g;		
sobota 2024-06-15		
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: 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), Marchew parowana 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2367.34 kcal; Białko ogółem: 80.40 g; Tłuszcz: 102.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.22 g; Węglowodany ogółem: 300.49 g; suma cukrów prostych: 63.35 g; Błonnik pokarmowy: 22.42 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-15		
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: 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, Podwieczorek: Kefir naturalny 150ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2052.76 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz: 87.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.35 g; Węglowodany ogółem: 265.55 g; suma cukrów prostych: 41.81 g; Błonnik pokarmowy: 22.30 g;		
sobota 2024-06-15		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, 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 70g,	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), Szyńka 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 : 1933.14 kcal; Białko ogółem: 56.31 g; Tłuszcz: 68.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.28 g; Węglowodany ogółem: 289.78 g; suma cukrów prostych: 65.98 g; Błonnik pokarmowy: 18.85 g;		
sobota 2024-06-15		
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: 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 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2367.34 kcal; Białko ogółem: 80.40 g; Tłuszcz: 102.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.22 g; Węglowodany ogółem: 300.49 g; suma cukrów prostych: 63.35 g; Błonnik pokarmowy: 22.42 g;		
sobota 2024-06-15		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka 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 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), 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 : 2134.71 kcal; Białko ogółem: 66.12 g; Tłuszcz: 85.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 296.60 g; suma cukrów prostych: 74.54 g; Błonnik pokarmowy: 22.95 g;		
sobota 2024-06-15		
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 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), Marchew parowana 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2199.46 kcal; Białko ogółem: 62.63 g; Tłuszcz: 88.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.99 g; Węglowodany ogółem: 305.52 g; suma cukrów prostych: 74.81 g; Błonnik pokarmowy: 18.58 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 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: Jabłka świeże 70g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2397.30 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz: 88.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; suma cukrów prostych: 61.62 g; Błonnik pokarmowy: 20.57 g;		
poniedziałek 2024-06-17		
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 pieczarkowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczerek: Maślanka naturalna 200ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1884.91 kcal; Białko ogółem: 83.16 g; Tłuszcz: 83.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.98 g; Węglowodany ogółem: 219.85 g; suma cukrów prostych: 42.99 g; Błonnik pokarmowy: 18.48 g;		
poniedziałek 2024-06-17		
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 , Marchew parowana 45g , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Zupa grysikowa z zieleciną 350g (GLU, SOJ, SEL), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek jogurtowy 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2470.83 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz: 80.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 372.89 g; suma cukrów prostych: 76.33 g; Błonnik pokarmowy: 19.78 g;		
poniedziałek 2024-06-17		
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 pieczarkowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2355.48 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; Tłuszcz: 86.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 332.07 g; suma cukrów prostych: 58.15 g; Błonnik pokarmowy: 20.57 g;		
poniedziałek 2024-06-17		
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 , Marchew parowana 45g , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (GLU, BIA), 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 : 2337.55 kcal; Białko ogółem: 83.52 g; Tłuszcz: 83.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 333.13 g; suma cukrów prostych: 88.11 g; Błonnik pokarmowy: 21.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-17		
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 pieczarkowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser żółty półtusty 30g (BIA), Połędwica 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 : 2474.70 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz: 93.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.08 g; Węglowodany ogółem: 338.46 g; suma cukrów prostych: 63.42 g; Błonnik pokarmowy: 17.87 g;		
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Bulion warzywny 350g (GLU, SOJ, SEL), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło roślinne 12g , Herbata 200ml , Pomidor 50g , Pasztet z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Sałata 5g , II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Kompot owocowy 200ml , Zupa pieczarkowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Szpinak na ciepło 100g (GLU, BIA), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Mix sałat 5g ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło roślinne 12g , Połędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2176.62 kcal; Białko ogółem: 75.10 g; Tłuszcz: 73.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.04 g; Węglowodany ogółem: 325.34 g; suma cukrów prostych: 30.09 g; Błonnik pokarmowy: 23.38 g;		
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ WEWNĘTRZNY		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 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 pieczarkowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Połędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtusty 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2397.30 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz: 88.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; suma cukrów prostych: 61.62 g; Błonnik pokarmowy: 20.57 g;		
wtorek 2024-06-18		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g , Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż biały na sypko 150g , Warzywa po chińsku 200g (SOJ, SEL), Surówka z kapusty białej z marchewką 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser żółty półtusty 40g (BIA), Ser fromage 40g , Papryka czerwona świeża 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2325.49 kcal; Białko ogółem: 74.30 g; Tłuszcz: 98.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 312.96 g; suma cukrów prostych: 48.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;		
wtorek 2024-06-18		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g , Roszponka 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Banan 70g ,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż biały na sypko 150g , Warzywa po chińsku 200g (SOJ, SEL), Surówka z kapusty białej z marchewką 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 100g ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser żółty półtusty 40g (BIA), Ser fromage 40g , Papryka czerwona świeża 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2186.62 kcal; Białko ogółem: 83.15 g; Tłuszcz: 98.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.29 g; Węglowodany ogółem: 270.82 g; suma cukrów prostych: 42.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-18		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Seler parowany 45g (SEL), Roszponka 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż biały na sypko 150g, Warzywa po chińsku 200g (SOJ, SEL), Marchew parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ser fromage 40g, Pasta z dyni 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2637.48 kcal; Białko ogółem: 77.16 g; Tłuszcz: 99.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 383.68 g; suma cukrów prostych: 89.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.89 g;		
wtorek 2024-06-18		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g, Roszponka 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż biały na sypko 150g, Warzywa po chińsku 200g (SOJ, SEL), Surówka z kapusty białej z marchewką 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ser fromage 40g, Papryka czerwona świeża 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2325.49 kcal; Białko ogółem: 74.30 g; Tłuszcz: 98.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 312.96 g; suma cukrów prostych: 48.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;		
wtorek 2024-06-18		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Seler parowany 45g (SEL), Roszponka 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż biały na sypko 150g, Warzywa po chińsku 200g (SOJ, SEL), Marchew parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Zupa krem z brokuła wzmocniona 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Herbata 200ml, Jogurt naturalny 150g 1szt, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2345.03 kcal; Białko ogółem: 69.75 g; Tłuszcz: 88.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 342.93 g; suma cukrów prostych: 93.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;		
wtorek 2024-06-18		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Masło extra 12g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Ogórki zielone 45g, Roszponka 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Herbata 200ml, Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Warzywa po chińsku 200g (SOJ, SEL), Ryż biały na sypko 150g, Marchew parowana 100g,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ser fromage 40g, Papryka czerwona świeża 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2582.84 kcal; Białko ogółem: 76.79 g; Tłuszcz: 95.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 378.18 g; suma cukrów prostych: 86.15 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-18		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło roślinne 12g, Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Banan 70g,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż biały na sypko 150g, Warzywa po chińsku 200g (SOJ, SEL), Surówka z kapusty białej z marchewką 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło roślinne 12g, Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ser fromage 40g, Papryka czerwona świeża 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2083.94 kcal; Białko ogółem: 67.50 g; Tłuszcz: 86.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.04 g; Węglowodany ogółem: 288.84 g; suma cukrów prostych: 24.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.34 g;		
wtorek 2024-06-18		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ WEWNĘTRZNY		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g, Roszponka 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż biały na sypko 150g, Warzywa po chińsku 200g (SOJ, SEL), Marchew parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ser fromage 40g, Papryka czerwona świeża 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2568.49 kcal; Białko ogółem: 75.46 g; Tłuszcz: 94.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.14 g; Węglowodany ogółem: 381.87 g; suma cukrów prostych: 89.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g;		
środa 2024-06-19		
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 niskosłodzony 25g 1szt, Rzodkiew biała 45g, Sałata 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia świeża 70g,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Udo z indyka b/kości 90g (SEL), Sos dyniowy 50g (GLU, BIA), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), Surówka z kapusty czerwonej 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek z ziołami 30g (BIA, SEL), Szynka drobiowa rodzinna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2120.83 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 77.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.51 g; Węglowodany ogółem: 288.29 g; suma cukrów prostych: 76.00 g; Błonnik pokarmowy: 21.14 g;		
środa 2024-06-19		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Bulion warzywny 350g (GLU, SOJ, SEL), Chleb ziarnisty 60g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopocka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek jogurtowy 30g (BIA), Rzodkiew biała 45g, Sałata 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Brzoskwinia świeża 70g,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Udo z indyka b/kości 90g (SEL), Sos dyniowy 50g (GLU, BIA), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), Surówka z kapusty czerwonej 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 1szt (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 14g (BIA), Twarożek z ziołami 30g (BIA, SEL), Szynka drobiowa rodzinna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek wiejski 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1838.16 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz: 80.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 203.60 g; suma cukrów prostych: 23.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g;		
środa 2024-06-19		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 60g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopocka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt, Cukinia parowana 45g, Sałata 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Udo z indyka b/kości 90g (SEL), Sos dyniowy 50g (GLU, BIA), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), Cukinia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA, SEL), Szynka drobiowa rodzinna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pietruszki 45g (SEL), Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2024.31 kcal; Białko ogółem: 87.49 g; Tłuszcz: 73.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 268.12 g; suma cukrów prostych: 74.18 g; Błonnik pokarmowy: 16.34 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-20		
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, SOJ, SEL), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłka świeże 70g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł parowany 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 : 2138.24 kcal; Białko ogółem: 95.31 g; Tłuszcz: 107.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.45 g; Węglowodany ogółem: 218.79 g; suma cukrów prostych: 44.91 g; Błonnik pokarmowy: 22.43 g;		
czwartek 2024-06-20		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 150g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Paprykarz 30g (RYB, SOJ, SEL), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Jabłka świeże 70g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł parowany 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczerek: Surówka z marchewki i selera 100g (SEL),	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 : 1993.62 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 93.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 229.14 g; suma cukrów prostych: 23.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g;		
czwartek 2024-06-20		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka 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 70g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 450g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos jarzynowy z kurczakiem 200g (GLU, BIA, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Brokuł parowany 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica wiśniowa 30g, Serek jogurtowy 30g (BIA), Pasta z białych warzyw 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2170.13 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 94.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.15 g; Węglowodany ogółem: 265.13 g; suma cukrów prostych: 71.31 g; Błonnik pokarmowy: 21.80 g;		
czwartek 2024-06-20		
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), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Jabłka świeże 70g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł parowany 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 : 2096.42 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 105.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.16 g; Węglowodany ogółem: 215.64 g; suma cukrów prostych: 41.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.43 g;		
czwartek 2024-06-20		
Dieta: MCZ DIETA PAPPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Powidła śliwkowe 25g, Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 45g (SEL), Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 450g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos jarzynowy z kurczakiem 200g (GLU, BIA, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Brokuł parowany 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 : 2320.62 kcal; Białko ogółem: 96.71 g; Tłuszcz: 93.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.98 g; Węglowodany ogółem: 297.89 g; suma cukrów prostych: 77.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.36 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-20 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 70g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 450g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos jarzynowy z kurczakiem 200g (GLU, BIA, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Brokuł parowany 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 : 2036.28 kcal; Białko ogółem: 87.32 g; Tłuszcz: 83.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 254.39 g; suma cukrów prostych: 58.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.08 g;		
czwartek 2024-06-20 Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Bulion warzywny 350g (GLU, SOJ, SEL), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło roślinne 12g, Paprykarz 30g (RYB, SOJ, SEL), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Herbata 200ml, Rukola 5g, II Śniadanie: Jabłka świeże 70g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł parowany 100g, Pierogi ruskie- GOTOWE 250g, 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 : 2266.35 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 100.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; suma cukrów prostych: 23.02 g; Błonnik pokarmowy: 28.00 g;		
czwartek 2024-06-20 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ WEWNĘTRZNY		
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 70g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Dynia parowana 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 : 1983.14 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz: 75.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.27 g; Węglowodany ogółem: 257.87 g; suma cukrów prostych: 48.01 g; Błonnik pokarmowy: 21.00 g;		