

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-09-21Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Sałata 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Pomarańcza 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Pałka z kurczaka pieczona 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kalańior z bułką tartą 100g (GLU), Kompot owocowy 200ml ,	Papryka czerwona świeża 45g , Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1965.95 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 82.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 230.12 g; suma cukrów prostych: 47.69 g; Błonnik pokarmowy: 17.50 g;		
niedziela 2025-09-21Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Pomarańcza 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Pałka z kurczaka pieczona 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kalańior z bułką tartą 100g (GLU), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt ,	Papryka czerwona świeża 45g , Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1695.20 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz: 62.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 206.60 g; suma cukrów prostych: 20.00 g; Błonnik pokarmowy: 17.05 g;		
niedziela 2025-09-21Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana 45g , Sałata 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Pałka z kurczaka gotowana 180g , Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka barńnika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA), Pasta z selera 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2053.20 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 83.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 251.03 g; suma cukrów prostych: 139.51 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g;		
niedziela 2025-09-21Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Pomarańcza 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Pałka z kurczaka pieczona 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kalańior z bułką tartą 100g (GLU), Kompot owocowy 200ml ,	Papryka czerwona świeża 45g , Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1885.46 kcal; Białko ogółem: 89.00 g; Tłuszcz: 79.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.09 g; Węglowodany ogółem: 218.71 g; suma cukrów prostych: 36.23 g; Błonnik pokarmowy: 17.37 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-09-21 Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana 45g , Sałata 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Pałka z kurczaka gotowana 180g , Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka bartenika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA), Pasta z selera 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowe 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2053.20 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 83.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 251.03 g; suma cukrów prostych: 139.51 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g;		
niedziela 2025-09-21 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń ryżowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g , Sałata 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Pałka z kurczaka pieczona 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kalafor z bułką tartą 100g (GLU), Kompot owocowy 200ml ,	Papryka czerwona świeża 45g , Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowe 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2011.18 kcal; Białko ogółem: 93.22 g; Tłuszcz: 87.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 225.14 g; suma cukrów prostych: 44.82 g; Błonnik pokarmowy: 13.72 g;		
poniedziałek 2025-09-22 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Pomidor 45g , Szpinak świeży 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Ryba na parze z warzywami 190g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Sos grecki 100g (SEL),	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2144.83 kcal; Białko ogółem: 76.23 g; Tłuszcz: 61.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 343.16 g; suma cukrów prostych: 55.93 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g;		
poniedziałek 2025-09-22 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g , Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Ryba na parze z warzywami 190g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Sos grecki 100g (SEL), Podwieczorek: Maślanka naturalna 200ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1662.01 kcal; Białko ogółem: 75.10 g; Tłuszcz: 55.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 239.02 g; suma cukrów prostych: 40.70 g; Błonnik pokarmowy: 25.02 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-22 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Dynia parowana 45g , Szpinak świeży 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), Pomidor 60g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Ryba na parze z warzywami 190g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek jogurtowy 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Salata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1781.87 kcal; Białko ogółem: 63.22 g; Tłuszcz: 51.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 280.99 g; suma cukrów prostych: 54.76 g; Błonnik pokarmowy: 15.58 g;		
poniedziałek 2025-09-22 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Pomidor 45g , Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Ryba na parze z warzywami 190g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Sos grecki 100g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Salata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2148.01 kcal; Białko ogółem: 76.31 g; Tłuszcz: 59.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 354.23 g; suma cukrów prostych: 57.06 g; Błonnik pokarmowy: 29.46 g;		
poniedziałek 2025-09-22 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Dynia parowana 45g , Szpinak świeży 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Ryba na parze z warzywami 190g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Sos grecki 100g (SEL),	Zupa krem warzywna wzmocniona 350g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Jogurt naturalny 1szt , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1963.93 kcal; Białko ogółem: 74.05 g; Tłuszcz: 55.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 316.21 g; suma cukrów prostych: 66.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g;		
poniedziałek 2025-09-22 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Pomidor 45g , Szpinak świeży 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Ryba na parze z warzywami 190g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Dynia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml , Włoszczyzna parowana 100g (SEL),	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta warzywna 45g (SEL), Salata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2211.33 kcal; Białko ogółem: 78.42 g; Tłuszcz: 66.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 345.75 g; suma cukrów prostych: 60.72 g; Błonnik pokarmowy: 22.89 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-09-23 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa 30g , Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Mix sałat 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Gruszka 70g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Naleśniki z serem 200g (JAJ, BIA, GLU PSZ), Surówka z marchewki i ananasa 100g ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), 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 : 1956.98 kcal; Białko ogółem: 82.09 g; Tłuszcz: 64.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 276.06 g; suma cukrów prostych: 81.09 g; Błonnik pokarmowy: 16.55 g;		
wtorek 2025-09-23 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa 30g , Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Mix sałat 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Gruszka 70g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Naleśniki z serem 200g (JAJ, BIA, GLU PSZ), Surówka z marchewki i ananasa 100g , Podwieczorek: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1811.38 kcal; Białko ogółem: 93.25 g; Tłuszcz: 66.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 223.68 g; suma cukrów prostych: 71.58 g; Błonnik pokarmowy: 16.82 g;		
wtorek 2025-09-23 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa 30g , Twarożek 30g (BIA), Mix sałat 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Dynia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml , Dynia parowana 100g ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1525.95 kcal; Białko ogółem: 58.82 g; Tłuszcz: 55.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.15 g; Węglowodany ogółem: 211.16 g; suma cukrów prostych: 96.77 g; Błonnik pokarmowy: 17.45 g;		
wtorek 2025-09-23 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa 30g , Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Mix sałat 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), Seler parowany 45g (SEL), II Śniadanie: Gruszka 70g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Naleśniki z serem 200g (JAJ, BIA, GLU PSZ), Surówka z marchewki i ananasa 100g ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2006.48 kcal; Białko ogółem: 83.88 g; Tłuszcz: 69.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 278.89 g; suma cukrów prostych: 102.81 g; Błonnik pokarmowy: 20.48 g;		
wtorek 2025-09-23 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka bartnika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA), Mix sałat 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Dynia parowana 100g ,	Zupa krem warzywna wzmocniona 350g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1416.24 kcal; Białko ogółem: 56.82 g; Tłuszcz: 55.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 186.12 g; suma cukrów prostych: 71.45 g; Błonnik pokarmowy: 15.58 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-09-23 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Masło extra 12g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Szynka konserwowa 30g , Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Mix sałat 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Dynia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml , Dynia parowana 100g ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1579.55 kcal; Białko ogółem: 60.06 g; Tłuszcz: 61.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 210.79 g; suma cukrów prostych: 95.94 g; Błonnik pokarmowy: 17.49 g;		
środa 2025-09-24 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopocka 30g (SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ), Dżem owocowy niskosłodzony 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, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Sos pieczeniowy jasny 50g (BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 45g , Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2360.28 kcal; Białko ogółem: 83.33 g; Tłuszcz: 88.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.90 g; Węglowodany ogółem: 329.52 g; suma cukrów prostych: 82.30 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g;		
środa 2025-09-24 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopocka 30g (SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ), Serek jogurtowy 30g (BIA), Ogórki zielone 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Banan 70g ,	Zupa minestrone z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Sos pieczeniowy jasny 50g (BIA, SEL, GLU PSZ), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g , Podwieczorek: Sok warzywny 1szt (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 45g , Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1627.08 kcal; Białko ogółem: 62.95 g; Tłuszcz: 51.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 239.70 g; suma cukrów prostych: 27.43 g; Błonnik pokarmowy: 21.40 g;		
środa 2025-09-24 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopocka 30g (SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Marchew parowana 100g , Zupa minestrone z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Marchew parowana 100g , Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Sos pieczeniowy jasny 50g (BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL),	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pietruszki 45g (SEL), Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2212.18 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 87.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 291.39 g; suma cukrów prostych: 165.97 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-09-24 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁŁ.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopocka 30g (SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Ogórki zielone 45g , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 50g (BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Zupa szpinakowa z ryżem 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 45g , Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2315.47 kcal; Białko ogółem: 83.57 g; Tłuszcz: 87.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 319.62 g; suma cukrów prostych: 83.71 g; Błonnik pokarmowy: 23.38 g;		
środa 2025-09-24 Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopocka 30g (SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Marchew parowana 100g , Zupa minestrone z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Marchew parowana 100g , Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Sos pieczeniowy jasny 50g (BIA, SEL, GLU PSZ),	Zupa krem warzywna wzmocniona 350g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Jogurt naturalny 1szt , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1752.79 kcal; Białko ogółem: 65.78 g; Tłuszcz: 64.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.37 g; Węglowodany ogółem: 249.84 g; suma cukrów prostych: 170.51 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g;		
środa 2025-09-24 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopocka 30g (SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ), Dżem owocowy niskosłodzony 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, GLU PSZ), Marchew parowana 100g , Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Sos pieczeniowy jasny 50g (BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Zupa szpinakowa z ryżem 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ),	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 45g , Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2323.33 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz: 88.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 315.88 g; suma cukrów prostych: 126.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.00 g;		
czwartek 2025-09-25 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (JAJ, BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Paprykarz 30g , Pomidor 45g , Rukola 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 450g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kotlet mielony wieprzowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Surówka coleslaw 100g (SEL, GOR), Ziemniaki puree 150g (BIA),	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Kielbasa żywiecka 30g , Ogórki zielone 45g , Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1934.36 kcal; Białko ogółem: 69.11 g; Tłuszcz: 77.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 259.41 g; suma cukrów prostych: 43.00 g; Błonnik pokarmowy: 20.60 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-25		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Paprykarz 30g , Pomidor 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Banan 70g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 450g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kotlet mielony wieprzowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki puree 150g (BIA), Bukiet warzyw parowanych 100g ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Kielbasa żywiecka 30g , Ogórki zielone 45g , Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1785.10 kcal; Białko ogółem: 64.52 g; Tłuszcz: 60.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 262.86 g; suma cukrów prostych: 21.47 g; Błonnik pokarmowy: 20.38 g;		
czwartek 2025-09-25		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (JAJ, BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g , Marchew parowana 45g , Rukola 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 1g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kotlet mielony wieprzowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki puree 150g (BIA),	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek jogurtowy 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1898.24 kcal; Białko ogółem: 69.99 g; Tłuszcz: 72.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.62 g; Węglowodany ogółem: 261.84 g; suma cukrów prostych: 64.85 g; Błonnik pokarmowy: 22.26 g;		
czwartek 2025-09-25		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (JAJ, BIA, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Paprykarz 30g , Pomidor 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Banan 70g ,	Kotlet mielony wieprzowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki puree 150g (BIA), Bukiet warzyw parowanych 100g ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Kielbasa żywiecka 30g , Ogórki zielone 45g , Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1625.66 kcal; Białko ogółem: 61.68 g; Tłuszcz: 63.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 216.08 g; suma cukrów prostych: 34.62 g; Błonnik pokarmowy: 15.02 g;		
czwartek 2025-09-25		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (JAJ, BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Powidła śliwkowe 25g , Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana 45g , Rukola 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 1g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kotlet mielony wieprzowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki puree 150g (BIA), Bukiet warzyw parowanych 100g ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Zupa krem warzywna wzmocniona 350g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Jogurt naturalny 150g 1szt , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2083.45 kcal; Białko ogółem: 84.90 g; Tłuszcz: 78.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 284.47 g; suma cukrów prostych: 73.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-09-26 Dieta: MCZ DIETA PAPPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g , Miód 25g 1szt , Seler parowany 45g (SEL), Sałata lodowa cięta 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Śliwka 70g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 100g (BIA), Cukinia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml , Cukinia parowana 100g ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1999.02 kcal; Białko ogółem: 75.40 g; Tłuszcz: 54.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 315.90 g; suma cukrów prostych: 55.77 g; Błonnik pokarmowy: 17.08 g;		
piątek 2025-09-26 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą manną 250g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g , Miód 25g 1szt , Ogórki zielone 45g , Sałata lodowa cięta 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Śliwka 70g ,	Zupa dyniowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 100g (BIA), Cukinia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml , Cukinia parowana 100g , Filet rybny na parze 70g (RYB, SEL),	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Marchewka świeża 45g , Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2305.91 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 78.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.77 g; Węglowodany ogółem: 317.46 g; suma cukrów prostych: 40.51 g; Błonnik pokarmowy: 15.57 g;		
sobota 2025-09-27 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g , Pomidor 45g , Szpinak świeży 5g , Kakao 200ml (BIA), Marchew parowana w plastrach 45g , II Śniadanie: Gruszka 70g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Buraczki zasmażane 150g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Gulasz wieprzowy z marchewką 150g (GLU PSZ),	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2101.42 kcal; Białko ogółem: 72.66 g; Tłuszcz: 77.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 300.61 g; suma cukrów prostych: 85.37 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;		
sobota 2025-09-27 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pomidor 45g , Ketchup 15g , Herbata 200ml , Szpinak świeży 5g , Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Masło extra 12g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Marchew parowana w plastrach 45g , II Śniadanie: Gruszka 70g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Buraczki zasmażane 150g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Gulasz wieprzowy z marchewką 150g (GLU PSZ), Seler parowany 15000g (SEL), Podwieczorek: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),	Masło extra 12g (BIA), Herbata 250ml , Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 4218.71 kcal; Białko ogółem: 252.83 g; Tłuszcz: 115.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.12 g; Węglowodany ogółem: 1166.28 g; suma cukrów prostych: 281.73 g; Błonnik pokarmowy: 617.43 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-09-27 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g , Marchew parowana 45g , Szpinak świeży 5g , Kakao 200ml (BIA), Marchew parowana w plastrach 45g , II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g ,	Kompot owocowy 200ml , Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Gulasz wieprzowy z marchewką 150g (GLU PSZ),	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 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 : 1913.77 kcal; Białko ogółem: 65.44 g; Tłuszcz: 60.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 294.22 g; suma cukrów prostych: 102.59 g; Błonnik pokarmowy: 22.69 g;		
sobota 2025-09-27 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g , Pomidor 45g , Kakao 200ml (BIA), Szpinak świeży 5g , Marchew parowana w plastrach 45g , II Śniadanie: Gruszka 70g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Buraczki zasmażane 150g (BIA, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Gulasz wieprzowy z marchewką 150g (GLU PSZ), Seler parowany 15000g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 4531.42 kcal; Białko ogółem: 261.66 g; Tłuszcz: 117.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.63 g; Węglowodany ogółem: 1232.11 g; suma cukrów prostych: 310.37 g; Błonnik pokarmowy: 619.38 g;		
sobota 2025-09-27 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g , Marchew parowana 45g , Szpinak świeży 5g , Kakao 200ml (BIA), Marchew parowana w plastrach 45g , II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g ,	Kompot owocowy 200ml , Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Gulasz wieprzowy z marchewką 150g (GLU PSZ),	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pietruszki 45g (SEL), Rukola 5g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1914.14 kcal; Białko ogółem: 65.44 g; Tłuszcz: 60.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 294.31 g; suma cukrów prostych: 102.69 g; Błonnik pokarmowy: 22.69 g;		
sobota 2025-09-27 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g , Pomidor 45g , Szpinak świeży 5g , Kakao 200ml (BIA), Marchew parowana w plastrach 45g , II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Gulasz wieprzowy z marchewką 150g (GLU PSZ), Seler parowany 15000g (SEL),	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 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 : 4520.40 kcal; Białko ogółem: 260.88 g; Tłuszcz: 120.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 1218.86 g; suma cukrów prostych: 300.08 g; Błonnik pokarmowy: 614.78 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-09-28		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Sałata 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Nektarynka 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Mizeria z jogurtem 100g (BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), 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: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2090.15 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 78.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 261.42 g; suma cukrów prostych: 51.73 g; Błonnik pokarmowy: 15.94 g;		
niedziela 2025-09-28		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Nektarynka 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Mizeria z jogurtem 100g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), 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: Serek wiejski 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1787.90 kcal; Białko ogółem: 93.93 g; Tłuszcz: 64.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.00 g; Węglowodany ogółem: 213.34 g; suma cukrów prostych: 24.21 g; Błonnik pokarmowy: 14.74 g;		
niedziela 2025-09-28		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Szynka drobiowa rodzinna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Seler parowany 45g (SEL), Sałata 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 80g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet drobiowy na parze 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka baranika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA), Pasta z selera 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2019.64 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz: 65.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 280.06 g; suma cukrów prostych: 121.76 g; Błonnik pokarmowy: 20.87 g;		
niedziela 2025-09-28		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Nektarynka 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet drobiowy na parze 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Mizeria z jogurtem 100g (BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), 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: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1820.44 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz: 60.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 239.99 g; suma cukrów prostych: 40.88 g; Błonnik pokarmowy: 15.80 g;		
niedziela 2025-09-28		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Szynka drobiowa rodzinna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Seler parowany 45g (SEL), Sałata 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 80g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet drobiowy na parze 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka baranika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA), Pasta z selera 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2019.64 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz: 65.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 280.06 g; suma cukrów prostych: 121.76 g; Błonnik pokarmowy: 20.87 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-09-28 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g , Sałata 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 80g ,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Mizeria z jogurtem 100g (BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), 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: Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2132.86 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 83.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 256.13 g; suma cukrów prostych: 47.18 g; Błonnik pokarmowy: 12.60 g;		
poniedziałek 2025-09-29 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Pomidor 45g , Szpinak świeży 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU JĘCZ), Kompot owocowy 200ml , Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 100g ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2246.29 kcal; Białko ogółem: 67.25 g; Tłuszcz: 69.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 369.84 g; suma cukrów prostych: 62.57 g; Błonnik pokarmowy: 31.98 g;		
poniedziałek 2025-09-29 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g , Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU JĘCZ), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Maślanka naturalna 200ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1647.36 kcal; Białko ogółem: 63.45 g; Tłuszcz: 53.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 254.84 g; suma cukrów prostych: 44.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;		
poniedziałek 2025-09-29 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Cukinia parowana 45g , Szpinak świeży 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ryżem 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Kompot owocowy 200ml ,	Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek jogurtowy 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1761.36 kcal; Białko ogółem: 51.33 g; Tłuszcz: 49.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 296.54 g; suma cukrów prostych: 56.96 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-29 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁŁ.		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Pomidor 45g , Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ryżem 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Kompot owocowy 200ml , Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 100g , Włoszczyzna parowana 15000g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 5501.70 kcal; Białko ogółem: 250.59 g; Tłuszcz: 107.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.83 g; Węglowodany ogółem: 1413.74 g; suma cukrów prostych: 399.29 g; Błonnik pokarmowy: 540.70 g;		
poniedziałek 2025-09-29 Dieta: MCZ DIETA PAPPKOWATA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Cukinia parowana 45g , Szpinak świeży 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ryżem 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Kompot owocowy 200ml ,	Zupa krem warzywna wzmocniona 350g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Jogurt naturalny 1szt , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1862.85 kcal; Białko ogółem: 58.99 g; Tłuszcz: 52.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 309.83 g; suma cukrów prostych: 64.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g;		
poniedziałek 2025-09-29 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Pomidor 45g , Szpinak świeży 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ryżem 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Włoszczyzna parowana 15000g (SEL),	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta warzywna 45g (SEL), Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 5549.82 kcal; Białko ogółem: 254.69 g; Tłuszcz: 105.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.91 g; Węglowodany ogółem: 1423.49 g; suma cukrów prostych: 406.21 g; Błonnik pokarmowy: 539.20 g;		
wtorek 2025-09-30 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa 30g , Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Gruszka 1g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Dynia parowana 100g , Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), 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 : 1891.75 kcal; Białko ogółem: 74.93 g; Tłuszcz: 63.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 269.71 g; suma cukrów prostych: 64.02 g; Błonnik pokarmowy: 17.77 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-09-30		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa 30g , Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki kiszane 45g , Roszponka 5g , Herbata 200ml , Bulion warzywny 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), II Śniadanie: Gruszka 1g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Dynia parowana 100g , Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Podwieczorek: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), 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 : 1812.81 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 61.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 243.93 g; suma cukrów prostych: 35.99 g; Błonnik pokarmowy: 20.03 g;		
wtorek 2025-09-30		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa 30g , Twarożek 30g (BIA), Seler parowany 45g (SEL), Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), Seler parowany 45g (SEL),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Dynia parowana 100g , Surówka z marchewki i selera 100g (SEL), Ryż biały na sypko 150g ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Pasta z selera 45g (SEL), Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1807.07 kcal; Białko ogółem: 64.68 g; Tłuszcz: 56.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.88 g; Węglowodany ogółem: 279.89 g; suma cukrów prostych: 69.08 g; Błonnik pokarmowy: 22.13 g;		
wtorek 2025-09-30		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa 30g , Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Gruszka 1g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Dynia parowana 100g , Surówka z marchewki i selera 100g (SEL), Ryż biały na sypko 150g ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Pasta z selera 45g (SEL), Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1753.44 kcal; Białko ogółem: 62.43 g; Tłuszcz: 56.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 267.36 g; suma cukrów prostych: 64.90 g; Błonnik pokarmowy: 20.91 g;		
wtorek 2025-09-30		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa 30g , Twarożek 30g (BIA), Seler parowany 45g (SEL), Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Dynia parowana 100g , Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g ,	Zupa krem warzywna wzmocniona 350g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Jogurt naturalny 1szt , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1770.71 kcal; Białko ogółem: 73.86 g; Tłuszcz: 65.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 239.90 g; suma cukrów prostych: 72.19 g; Błonnik pokarmowy: 20.05 g;		
wtorek 2025-09-30		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Masło extra 12g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Szynka konserwowa 30g , Twarożek 30g (BIA), Seler parowany 45g (SEL), Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Dynia parowana 100g , Surówka z marchewki i selera 100g (SEL), Ryż biały na sypko 150g ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Pasta z selera 45g (SEL), Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1773.11 kcal; Białko ogółem: 63.55 g; Tłuszcz: 55.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 270.94 g; suma cukrów prostych: 65.20 g; Błonnik pokarmowy: 19.93 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

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