

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-10-11 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 szpinakowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 150g (SEL, GLU PSZ), Dynia parowana 100g , Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ),	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 : 1918.06 kcal; Białko ogółem: 66.50 g; Tłuszcz: 64.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 285.65 g; suma cukrów prostych: 80.25 g; Błonnik pokarmowy: 22.15 g;		
sobota 2025-10-11 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 szpinakowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Gulasz z żołądków drobiowych 150g (SEL, GLU PSZ), Dynia parowana 100g , Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ),	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 : 2094.32 kcal; Białko ogółem: 72.95 g; Tłuszcz: 84.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.06 g; Węglowodany ogółem: 278.70 g; suma cukrów prostych: 52.64 g; Błonnik pokarmowy: 20.24 g;		
niedziela 2025-10-12 Dieta: 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 ryńska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Salata 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Pomarańcza 70g ,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Fasolka szparagowa z bułką tartą 100g (GLU, BIA), 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: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2196.56 kcal; Białko ogółem: 102.33 g; Tłuszcz: 100.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 239.20 g; suma cukrów prostych: 48.58 g; Błonnik pokarmowy: 19.81 g;		
niedziela 2025-10-12 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń ryńska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Salata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Pomarańcza 70g ,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Fasolka szparagowa z bułką tartą 100g (GLU, BIA), 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 : 1925.81 kcal; Białko ogółem: 95.47 g; Tłuszcz: 80.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.96 g; Węglowodany ogółem: 215.69 g; suma cukrów prostych: 20.89 g; Błonnik pokarmowy: 19.36 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-12		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA 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), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Sałata 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Brokuł parowany 100g ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka białego 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 : 2284.54 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; Tłuszcz: 101.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 259.89 g; suma cukrów prostych: 81.96 g; Błonnik pokarmowy: 18.24 g;		
niedziela 2025-10-12		
Dieta: 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 ryżowa 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), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Brokuł parowany 100g ,	Papryka czerwona świeża 45g , Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka białego drobiowa 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 : 2054.38 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 96.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.03 g; Węglowodany ogółem: 214.65 g; suma cukrów prostych: 36.88 g; Błonnik pokarmowy: 17.33 g;		
niedziela 2025-10-12		
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), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Sałata 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Brokuł parowany 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka białego 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 : 2284.54 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; Tłuszcz: 101.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 259.89 g; suma cukrów prostych: 81.96 g; Błonnik pokarmowy: 18.24 g;		
niedziela 2025-10-12		
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), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Brokuł parowany 100g ,	Papryka czerwona świeża 45g , Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka białego drobiowa 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 : 2180.09 kcal; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 103.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 221.08 g; suma cukrów prostych: 45.47 g; Błonnik pokarmowy: 13.68 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-13 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 ,	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 , 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 : 2112.33 kcal; Białko ogółem: 75.79 g; Tłuszcz: 61.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 334.69 g; suma cukrów prostych: 55.77 g; Błonnik pokarmowy: 21.86 g;		
poniedziałek 2025-10-13 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 ,	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 , 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 : 1607.00 kcal; Białko ogółem: 73.39 g; Tłuszcz: 55.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 223.43 g; suma cukrów prostych: 38.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.84 g;		
poniedziałek 2025-10-13 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 ,	Ryba na parze z warzywami 300g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Sos grecki 100g (SEL),	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 : 1895.17 kcal; Białko ogółem: 75.59 g; Tłuszcz: 53.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 296.43 g; suma cukrów prostych: 58.28 g; Błonnik pokarmowy: 21.37 g;		
poniedziałek 2025-10-13 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 ,	Ryba na parze z warzywami 190g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ),	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 : 2059.34 kcal; Białko ogółem: 72.65 g; Tłuszcz: 59.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 330.35 g; suma cukrów prostych: 52.72 g; Błonnik pokarmowy: 22.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-13		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
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), Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Ryba na parze z warzywami 190g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml , 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 : 1900.25 kcal; Białko ogółem: 72.15 g; Tłuszcz: 54.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 297.87 g; suma cukrów prostych: 63.03 g; Błonnik pokarmowy: 20.52 g;		
poniedziałek 2025-10-13		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Pasztecik 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: Jabłko pieczone 70g ,	Ziemniaki puree 150g (BIA), Ryba na parze z warzywami 300g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ),	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 : 2252.47 kcal; Białko ogółem: 86.74 g; Tłuszcz: 68.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 341.48 g; suma cukrów prostych: 58.34 g; Błonnik pokarmowy: 20.72 g;		
wtorek 2025-10-14		
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 jarzynowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Pierogi ukraińskie 200g , Surówka z kapusty białej z marchewką 100g , Kefir naturalny 100ml (BIA),	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 : 1973.70 kcal; Białko ogółem: 72.45 g; Tłuszcz: 69.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.07 g; Węglowodany ogółem: 282.76 g; suma cukrów prostych: 68.27 g; Błonnik pokarmowy: 20.02 g;		
wtorek 2025-10-14		
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 jarzynowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Pierogi ukraińskie 200g , Surówka z kapusty białej z marchewką 100g , Kefir naturalny 100ml (BIA), Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt ,	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 : 1840.80 kcal; Białko ogółem: 84.72 g; Tłuszcz: 71.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 232.15 g; suma cukrów prostych: 64.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.29 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-10-14 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 салат 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g , Gruszka pieczona 70g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Pierogi ukraińskie 200g , Brokuł parowany 100g , Kefir naturalny 100ml (BIA),	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 : 1973.29 kcal; Białko ogółem: 74.54 g; Tłuszcz: 68.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 277.82 g; suma cukrów prostych: 89.24 g; Błonnik pokarmowy: 17.69 g;		
wtorek 2025-10-14 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 салат 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), Seler parowany 45g (SEL), II Śniadanie: Gruszka 70g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Pierogi ukraińskie 200g , Brokuł parowany 100g , Kefir naturalny 100ml (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: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1966.50 kcal; Białko ogółem: 74.67 g; Tłuszcz: 69.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 279.27 g; suma cukrów prostych: 89.27 g; Błonnik pokarmowy: 22.30 g;		
wtorek 2025-10-14 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 салат 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Gulasz drobiowy 150g (SEL, GLU PSZ), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Brokuł parowany 100g , Surówka z kapusty białej z marchewką 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 : 1731.17 kcal; Białko ogółem: 75.63 g; Tłuszcz: 73.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 211.94 g; suma cukrów prostych: 71.82 g; Błonnik pokarmowy: 20.90 g;		
wtorek 2025-10-14 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 салат 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g , Gruszka pieczona 70g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Brokuł parowany 100g , Pierogi ukraińskie 200g , Kefir naturalny 100ml (BIA),	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 : 2026.89 kcal; Białko ogółem: 75.78 g; Tłuszcz: 74.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.69 g; Węglowodany ogółem: 277.45 g; suma cukrów prostych: 88.41 g; Błonnik pokarmowy: 17.73 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-10-15 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 grysikowa z zieleciną 350g (SOJ , SEL , GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kotlet schabowy 90g (GLU , JAJ , SEL , GLU PSZ),	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 : 2136.36 kcal; Białko ogółem: 80.45 g; Tłuszcz: 72.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 307.98 g; suma cukrów prostych: 79.61 g; Błonnik pokarmowy: 20.94 g;		
środa 2025-10-15 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 ,	Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Surówka z kapusty czerwonej 100g , Zupa grysikowa z zieleciną 350g (SOJ , SEL , GLU PSZ), Kotlet schabowy 90g (GLU , JAJ , SEL , GLU PSZ), 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 : 1790.70 kcal; Białko ogółem: 83.78 g; Tłuszcz: 67.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 221.88 g; suma cukrów prostych: 25.40 g; Błonnik pokarmowy: 19.00 g;		
środa 2025-10-15 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA 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 ,	Cukinia parowana 100g , Zupa grysikowa z zieleciną 350g (SOJ , SEL , GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki puree 150g (BIA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g ,	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 : 1771.05 kcal; Białko ogółem: 56.99 g; Tłuszcz: 46.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.64 g; Węglowodany ogółem: 294.09 g; suma cukrów prostych: 79.84 g; Błonnik pokarmowy: 16.20 g;		
środa 2025-10-15 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
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 ,	Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Kotlet schabowy 90g (GLU , JAJ , SEL , GLU PSZ), Zupa grysikowa z zieleciną 350g (SOJ , SEL , GLU PSZ), Cukinia parowana 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 : 2038.39 kcal; Białko ogółem: 79.30 g; Tłuszcz: 63.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.88 g; Węglowodany ogółem: 302.93 g; suma cukrów prostych: 79.56 g; Błonnik pokarmowy: 18.89 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-10-15 Dieta: MCZ DIETA PAPPKOWATA		
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,	Cukinia parowana 100g, Zupa grysikowa z zieleciną 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml, Ziemniaki puree 150g (BIA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g,	Zupa krem warzywna wzmocniona 350g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Jogurt naturalny 1szt, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1699.19 kcal; Białko ogółem: 60.44 g; Tłuszcz: 54.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 256.27 g; suma cukrów prostych: 85.03 g; Błonnik pokarmowy: 17.87 g;		
środa 2025-10-15 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 grysikowa z zieleciną 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Cukinia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml, Ziemniaki puree 150g (BIA), Kotlet schabowy 90g (GLU, JAJ, 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 : 2115.79 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz: 68.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 306.17 g; suma cukrów prostych: 81.36 g; Błonnik pokarmowy: 16.19 g;		
czwartek 2025-10-16 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: Jabłko pieczone 70g,	Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml, Kaszotto z kaszy jęczmiennej z warzywami 200g (SEL, GLU JĘCZ), Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami i soczewicą 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ),	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Kielbasa żywiecka 30g, Ogórki kiszzone 45g, Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1533.01 kcal; Białko ogółem: 59.60 g; Tłuszcz: 45.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 240.45 g; suma cukrów prostych: 58.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g;		
czwartek 2025-10-16 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, Marchew parowana w plastrach 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml, Kaszotto z kaszy jęczmiennej z warzywami 300g (SEL, GLU JĘCZ), Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami i soczewicą 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Kielbasa żywiecka 30g, Ogórki kiszzone 45g, Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1544.28 kcal; Białko ogółem: 56.97 g; Tłuszcz: 41.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 258.22 g; suma cukrów prostych: 38.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.26 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-10-16 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: Jabłka świeże 70g,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami i soczewicą 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml, Kaszotto z kaszy jęczmiennej z warzywami 300g (SEL, GLU JĘCZ),	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, Zupa ogórkowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1821.34 kcal; Białko ogółem: 63.74 g; Tłuszcz: 53.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 295.74 g; suma cukrów prostych: 91.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g;		
czwartek 2025-10-16 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: Jabłko pieczone 70g,	Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml, Kaszotto z kaszy jęczmiennej z warzywami 300g (SEL, GLU JĘCZ), Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami i soczewicą 100g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ),	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 : 1325.90 kcal; Białko ogółem: 46.88 g; Tłuszcz: 42.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 203.65 g; suma cukrów prostych: 40.66 g; Błonnik pokarmowy: 17.19 g;		
czwartek 2025-10-16 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
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: Jabłka świeże 70g,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami i soczewicą 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml, Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ),	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 : 1820.93 kcal; Białko ogółem: 71.18 g; Tłuszcz: 56.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 279.03 g; suma cukrów prostych: 93.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g;		
czwartek 2025-10-16 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (JAJ, BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana w plastrach 45g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłka świeże 70g,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami i soczewicą 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml, Kaszotto z kaszy jęczmiennej z warzywami 300g (SEL, GLU JĘCZ),	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Kielbasa żywiecka 30g, Pasta warzywna 45g (SEL), Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1629.70 kcal; Białko ogółem: 64.66 g; Tłuszcz: 49.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 253.01 g; suma cukrów prostych: 58.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.22 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-10-17 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), 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 koperkowa z ryżem 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 100g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), 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 : 1947.24 kcal; Białko ogółem: 72.52 g; Tłuszcz: 58.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 298.30 g; suma cukrów prostych: 31.28 g; Błonnik pokarmowy: 16.78 g;		
piątek 2025-10-17 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Ser fromage 40g , Masło extra 12g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Herbata 200ml , Ogórki zielone 45g , Sałata lodowa cięta 5g , Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), II Śniadanie: Śliwka 70g ,	Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki puree 100g (BIA), Zupa koperkowa z ryżem 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Surówka z kapusty kiszzonej 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1szt ,	Masło extra 20g (BIA), Herbata 250ml , Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), 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 : 1639.39 kcal; Białko ogółem: 73.30 g; Tłuszcz: 66.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 202.54 g; suma cukrów prostych: 21.74 g; Błonnik pokarmowy: 16.31 g;		
piątek 2025-10-17 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
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: Banan 70g ,	Zupa koperkowa z ryżem 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 100g (BIA), 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 : 2110.72 kcal; Białko ogółem: 80.90 g; Tłuszcz: 68.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 304.62 g; suma cukrów prostych: 60.20 g; Błonnik pokarmowy: 15.33 g;		
piątek 2025-10-17 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą manną 250g (BIA, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g , Miód 25g 1szt , Ogórki zielone 45g , Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Banan 70g ,	Zupa koperkowa z ryżem 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 100g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Cukinia parowana 100g ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), 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 : 1998.01 kcal; Białko ogółem: 77.47 g; Tłuszcz: 62.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.07 g; Węglowodany ogółem: 296.22 g; suma cukrów prostych: 33.07 g; Błonnik pokarmowy: 14.92 g;		
piątek 2025-10-17 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
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),	Zupa koperkowa z ryżem 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 100g (BIA), Cukinia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	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 : 1907.25 kcal; Białko ogółem: 73.10 g; Tłuszcz: 53.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 294.11 g; suma cukrów prostych: 52.47 g; Błonnik pokarmowy: 14.52 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-10-17 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 , Salata lodowa cięta 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Zupa koperkowa z ryżem 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 100g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Cukinia parowana 100g , Filet rybny na parze 90g (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 : 2117.24 kcal; Białko ogółem: 81.71 g; Tłuszcz: 69.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 302.61 g; suma cukrów prostych: 38.34 g; Błonnik pokarmowy: 12.22 g;		
sobota 2025-10-18 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 ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kompot owocowy 200ml , Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 100g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU JĘCZ),	Chleb pszenno-żytni 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 : 2006.71 kcal; Białko ogółem: 65.25 g; Tłuszcz: 79.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 276.61 g; suma cukrów prostych: 46.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g;		
sobota 2025-10-18 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 ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kompot owocowy 200ml , Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 100g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU JĘCZ), Podwieczorek: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),	Masło extra 12g (BIA), Herbata 250ml , Szynka 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 : 1694.00 kcal; Białko ogółem: 56.42 g; Tłuszcz: 77.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 210.77 g; suma cukrów prostych: 18.22 g; Błonnik pokarmowy: 19.19 g;		
sobota 2025-10-18 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA 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 ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 100g (SEL, GLU PSZ), Seler parowany 100g (SEL), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU JĘCZ),	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 : 1829.22 kcal; Białko ogółem: 60.72 g; Tłuszcz: 56.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 289.67 g; suma cukrów prostych: 79.27 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-10-18		
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 ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml, Seler parowany 100g (SEL), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 100g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU JĘCZ),	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 : 1911.43 kcal; Białko ogółem: 64.28 g; Tłuszcz: 70.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 274.90 g; suma cukrów prostych: 47.71 g; Błonnik pokarmowy: 22.15 g;		
sobota 2025-10-18		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
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 ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 100g (SEL, GLU PSZ), Seler parowany 100g (SEL), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU JĘCZ),	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 : 1829.58 kcal; Białko ogółem: 60.72 g; Tłuszcz: 56.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 289.76 g; suma cukrów prostych: 79.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;		
sobota 2025-10-18		
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 ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml, Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 100g (SEL, GLU PSZ), Seler parowany 100g (SEL), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU JĘCZ),	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 : 2005.84 kcal; Białko ogółem: 67.17 g; Tłuszcz: 75.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 282.81 g; suma cukrów prostych: 51.76 g; Błonnik pokarmowy: 21.51 g;		
niedziela 2025-10-19		
Dieta: 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 kiszane 45g, Sałata 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Pomarańcza 70g,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Pałka z kurczaka gotowana 180g, Ziemniaki puree 150g (BIA), Kalafior z bułką tartą 100g (GLU), 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 : 1963.52 kcal; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 82.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 229.49 g; suma cukrów prostych: 47.55 g; Błonnik pokarmowy: 17.39 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-19		
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 kiszane 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Pomarańcza 70g ,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Pałka z kurczaka gotowana 180g , Ziemniaki puree 150g (BIA), Kalafior z bułką tartą 100g (GLU), 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 : 1692.77 kcal; Białko ogółem: 84.91 g; Tłuszcz: 62.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 205.97 g; suma cukrów prostych: 19.86 g; Błonnik pokarmowy: 16.94 g;		
niedziela 2025-10-19		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA 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), Dyńa parowana 45g , Sałata 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Pałka z kurczaka pieczona 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka barznika 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 : 2059.44 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 82.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 253.65 g; suma cukrów prostych: 121.97 g; Błonnik pokarmowy: 19.18 g;		
niedziela 2025-10-19		
Dieta: 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 kiszane 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Pomarańcza 70g ,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Pałka z kurczaka gotowana 180g , Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew parowana 100g , 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 : 1834.61 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Tłuszcz: 77.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 210.83 g; suma cukrów prostych: 77.84 g; Błonnik pokarmowy: 20.10 g;		
niedziela 2025-10-19		
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), Dyńa parowana 45g , Sałata 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Pałka z kurczaka pieczona 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka barznika 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 : 2059.44 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 82.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 253.65 g; suma cukrów prostych: 121.97 g; Błonnik pokarmowy: 19.18 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-19		
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 rzymska 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 gotowana 180g , Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew parowana 100g , 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: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1960.33 kcal; Białko ogółem: 93.34 g; Tłuszcz: 85.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 217.26 g; suma cukrów prostych: 86.43 g; Błonnik pokarmowy: 16.45 g;		
poniedziałek 2025-10-20		
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), Kurczak z warzywami 200g (SEL), Ryż biały na sypko 150g , Kompot owocowy 200ml , Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 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 : 2142.38 kcal; Białko ogółem: 71.33 g; Tłuszcz: 67.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 332.52 g; suma cukrów prostych: 53.45 g; Błonnik pokarmowy: 19.96 g;		
poniedziałek 2025-10-20		
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 rodzinna 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), Kurczak z warzywami 200g (SEL), Ryż biały na sypko 150g , Kompot owocowy 200ml , Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 100g , 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 : 1637.05 kcal; Białko ogółem: 68.94 g; Tłuszcz: 61.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 221.27 g; suma cukrów prostych: 35.92 g; Błonnik pokarmowy: 18.93 g;		
poniedziałek 2025-10-20		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka drobiowa rodzinna 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), Kurczak z warzywami 200g (SEL), Ryż biały na sypko 150g , Kompot owocowy 200ml , Marchew parowana 100g ,	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 : 1768.84 kcal; Białko ogółem: 64.46 g; Tłuszcz: 49.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.20 g; Węglowodany ogółem: 282.92 g; suma cukrów prostych: 95.12 g; Błonnik pokarmowy: 18.94 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-20Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁŁ.		
Zupa mleczna z ryżem 350g (<i>BIA</i>), Chleb ziarnisty 100g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Masło extra 12g (<i>BIA</i>), Pasztet z blachy drobiowy 30g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</i>), Miód 25g 1szt , Pomidor 45g , Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ryżem 350g (<i>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</i>), Kurczak z warzywami 200g (<i>SEL</i>), Ryż biały na sypko 150g , Kompot owocowy 200ml , Marchew parowana 100g ,	Chleb ziarnisty 100g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Masło extra 12g (<i>BIA</i>), Polędwica Ani 30g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</i>), Ser żółty półtłusty 30g (<i>BIA</i>), Pasta warzywna 45g (<i>SEL</i>), Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2040.57 kcal; Białko ogółem: 73.32 g; Tłuszcz: 57.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 329.87 g; suma cukrów prostych: 91.80 g; Błonnik pokarmowy: 23.96 g;		
poniedziałek 2025-10-20Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (<i>BIA</i>), Bułka pszenna 100g (<i>GLU PSZ</i>), Masło extra 12g (<i>BIA</i>), Szynka drobiowa rodzinna 30g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</i>), Miód 25g 1szt , Cukinia parowana 45g , Szpinak świeży 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (<i>GLU, BIA</i>), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ryżem 350g (<i>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</i>), Kurczak z warzywami 200g (<i>SEL</i>), Ryż biały na sypko 150g , Kompot owocowy 200ml ,	Zupa krem warzywna wzmocniona 350g (<i>JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</i>), Jogurt naturalny 1szt , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1846.02 kcal; Białko ogółem: 68.70 g; Tłuszcz: 51.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 291.62 g; suma cukrów prostych: 60.53 g; Błonnik pokarmowy: 16.86 g;		
poniedziałek 2025-10-20Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z ryżem 350g (<i>BIA</i>), Bułka pszenna 100g (<i>GLU PSZ</i>), Masło extra 12g (<i>BIA</i>), Pasztet z blachy drobiowy 30g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</i>), Miód 25g 1szt , Pomidor 45g , Szpinak świeży 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (<i>GLU, BIA</i>), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ryżem 350g (<i>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</i>), Kurczak z warzywami 200g (<i>SEL</i>), Ryż biały na sypko 150g , Marchew parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (<i>GLU PSZ</i>), Masło extra 12g (<i>BIA</i>), Ser żółty półtłusty 30g (<i>BIA</i>), Polędwica Ani 30g (<i>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</i>), Pasta warzywna 45g (<i>SEL</i>), Sałata lodowa cięta 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2159.80 kcal; Białko ogółem: 77.56 g; Tłuszcz: 64.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 336.26 g; suma cukrów prostych: 97.07 g; Błonnik pokarmowy: 21.26 g;		

Dietetyk

.....