Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-01	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Jogurt owocowy 150g 1szt (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Brokuł parowany 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ***), Udko z kurczaka pieczone 180g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem zielonym 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Mortadela 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchew tarta 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1951.42 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz: 96.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 195.91 g; suma cukrów prostych: 21.91 g; Błonnik pokarmowy: 17.39 g;		
niedziela 2026-02-01	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU**	
Jogurt owocowy 150g 1szt (***BIA***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa z majerankiem 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Brokuł parowany 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ***), Udko z kurczaka gotowane 180g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Marchew parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z selera 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1913.84 kcal; Białko ogółem: 97.52 g; Tłuszcz: 88.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 199.46 g; suma cukrów prostych: 65.09 g; Błonnik pokarmowy: 18.71 g;		
niedziela 2026-02-01	**Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Jogurt naturalny 150g 1szt (***BIA***), Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Ogórki kiszone 50g , Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ***), Udko z kurczaka pieczone 180g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem zielonym 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Sok warzywny 200g (***SEL***),	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Mortadela 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchew tarta 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1915.84 kcal; Białko ogółem: 90.18 g; Tłuszcz: 94.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 192.91 g; suma cukrów prostych: 18.66 g; Błonnik pokarmowy: 16.71 g;		
niedziela 2026-02-01	**Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Ogórki kiszone 50g , Herbata 200ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (***BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ***), Udko z kurczaka pieczone 180g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem zielonym 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Mortadela 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchew tarta 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1907.44 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 94.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 190.93 g; suma cukrów prostych: 18.59 g; Błonnik pokarmowy: 16.05 g;		
niedziela 2026-02-01	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY**	
Jogurt owocowy 150g 1szt (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Brokuł parowany 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ***), Udko z kurczaka pieczone 180g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem zielonym 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Sok warzywny 200g (***SEL***),	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Mortadela 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchew tarta 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1959.82 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz: 96.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 197.89 g; suma cukrów prostych: 21.97 g; Błonnik pokarmowy: 18.05 g;		
niedziela 2026-02-01	**Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA**	
Jogurt owocowy 150g 1szt (***BIA***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa z majerankiem 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Brokuł parowany 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ***), Udko z kurczaka gotowane 180g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Marchew parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Zupa krem z białych warzyw 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2029.27 kcal; Białko ogółem: 96.29 g; Tłuszcz: 82.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 247.19 g; suma cukrów prostych: 68.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.00 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-01	**Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA**	
Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Brokuł parowany 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ***), Udko z kurczaka pieczone 180g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Mortadela 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchew tarta 50g (***SEL***), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1853.04 kcal; Białko ogółem: 86.91 g; Tłuszcz: 92.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.73 g; Węglowodany ogółem: 184.82 g; suma cukrów prostych: 11.11 g; Błonnik pokarmowy: 17.00 g;		
poniedziałek 2026-02-02	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z ryżem 350g (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), Dynia parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Knedle z truskawkami 200g (***GLU PSZ***), Sos jogurtowy 100g (***BIA***), Surówka z marchewki i jabłka 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta warzywna 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2007.11 kcal; Białko ogółem: 63.06 g; Tłuszcz: 75.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.51 g; Węglowodany ogółem: 288.50 g; suma cukrów prostych: 58.48 g; Błonnik pokarmowy: 22.87 g;		
poniedziałek 2026-02-02	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU**	
Zupa mleczna z ryżem 350g (***BIA***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), Dynia parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Knedle z truskawkami 200g (***GLU PSZ***), Sos jogurtowy 100g (***BIA***), Jabłko pieczone 80g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta warzywna 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2109.83 kcal; Białko ogółem: 64.16 g; Tłuszcz: 82.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.58 g; Węglowodany ogółem: 294.59 g; suma cukrów prostych: 66.51 g; Błonnik pokarmowy: 17.86 g;		
poniedziałek 2026-02-02	**Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Pasztet z blachy drobiowy 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Knedle z truskawkami 200g (***GLU PSZ***), Sos jogurtowy 100g (***BIA***), Surówka z marchewki i jabłka 100g , Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***BIA***),	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta warzywna 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1879.58 kcal; Białko ogółem: 59.09 g; Tłuszcz: 80.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.57 g; Węglowodany ogółem: 251.43 g; suma cukrów prostych: 41.46 g; Błonnik pokarmowy: 22.01 g;		
poniedziałek 2026-02-02	**Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.**	
Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Pasztet z blachy drobiowy 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Knedle z truskawkami 200g (***GLU PSZ***), Sos jogurtowy 100g (***BIA***), Surówka z marchewki i jabłka 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta warzywna 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1825.58 kcal; Białko ogółem: 55.22 g; Tłuszcz: 78.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 245.85 g; suma cukrów prostych: 35.86 g; Błonnik pokarmowy: 22.01 g;		
poniedziałek 2026-02-02	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY**	
Zupa mleczna z ryżem 350g (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), Dynia parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Knedle z truskawkami 200g (***GLU PSZ***), Sos jogurtowy 100g (***BIA***), Surówka z marchewki i jabłka 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta warzywna 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2007.11 kcal; Białko ogółem: 63.06 g; Tłuszcz: 75.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.51 g; Węglowodany ogółem: 288.50 g; suma cukrów prostych: 58.48 g; Błonnik pokarmowy: 22.87 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-02	**Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z ryżem 350g (***BIA***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), Dynia parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Knedle z truskawkami 200g (***GLU PSZ***), Sos jogurtowy 100g (***BIA***), Jabłko pieczone 80g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Zupa krem jarzynowy 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2209.22 kcal; Białko ogółem: 60.99 g; Tłuszcz: 78.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.67 g; Węglowodany ogółem: 334.16 g; suma cukrów prostych: 68.62 g; Błonnik pokarmowy: 22.23 g;		
poniedziałek 2026-02-02	**Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA**	
Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), Dynia parowana 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Knedle z truskawkami 200g (***GLU PSZ***), Surówka z marchewki i jabłka 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta warzywna 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1629.86 kcal; Białko ogółem: 47.34 g; Tłuszcz: 65.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.24 g; Węglowodany ogółem: 233.69 g; suma cukrów prostych: 25.75 g; Błonnik pokarmowy: 22.11 g;		
wtorek 2026-02-03	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (***BIA, GLU PSZ***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***JAJ, SEL, GOR***), Włoszczyzna parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 200g (***SEL, GLU PSZ***), Ryż biały na sypko 150g , Cukinia parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z pieczonej marchewki 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1990.36 kcal; Białko ogółem: 75.72 g; Tłuszcz: 79.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 261.26 g; suma cukrów prostych: 62.06 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g;		
wtorek 2026-02-03	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (***BIA, GLU PSZ***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Serek wiejski (g) 50g , Włoszczyzna parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa krem z brokuła 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Gulasz drobiowy 200g (***SEL, GLU PSZ***), Ryż biały na sypko 150g , Cukinia parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z pieczonej marchewki 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1821.01 kcal; Białko ogółem: 70.85 g; Tłuszcz: 74.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.89 g; Węglowodany ogółem: 233.19 g; suma cukrów prostych: 63.86 g; Błonnik pokarmowy: 18.34 g;		
wtorek 2026-02-03	**Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***JAJ, SEL, GOR***), Kapusta pekińska z kukurydzą 50g , Herbata 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 200g (***SEL, GLU PSZ***), Ryż biały na sypko 150g , Surówka z kapusty czerwonej 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Kefir naturalny 200ml (***BIA***),	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z pieczonej marchewki 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1865.92 kcal; Białko ogółem: 70.75 g; Tłuszcz: 85.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 222.98 g; suma cukrów prostych: 42.88 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g;		
wtorek 2026-02-03	**Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***JAJ, SEL, GOR***), Kapusta pekińska z kukurydzą 50g , Herbata 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 200g (***SEL, GLU PSZ***), Ryż biały na sypko 150g , Surówka z kapusty czerwonej 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z pieczonej marchewki 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1774.12 kcal; Białko ogółem: 64.63 g; Tłuszcz: 82.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 214.52 g; suma cukrów prostych: 34.68 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-03	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (***BIA, GLU PSZ***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***JAJ, SEL, GOR***), Włoszczyzna parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 200g (***SEL, GLU PSZ***), Ryż biały na sypko 150g , Cukinia parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z pieczonej marchewki 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1990.36 kcal; Białko ogółem: 75.72 g; Tłuszcz: 79.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 261.26 g; suma cukrów prostych: 62.06 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g;		
wtorek 2026-02-03	**Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (***BIA, GLU PSZ***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Serek wiejski (g) 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***), Włoszczyzna parowana 50g (***SEL***),	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Gulasz drobiowy na mleku kokosowym 200g (***SEL, GLU PSZ***), Ryż biały na sypko 150g , Dynia parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Zupa krem marchewkowa 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1916.58 kcal; Białko ogółem: 66.82 g; Tłuszcz: 67.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.33 g; Węglowodany ogółem: 284.46 g; suma cukrów prostych: 112.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g;		
wtorek 2026-02-03	**Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA**	
Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***JAJ, SEL, GOR***), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 200g (***SEL, GLU PSZ***), Ryż biały na sypko 150g , Dynia parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z pieczonej marchewki 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1667.96 kcal; Białko ogółem: 63.38 g; Tłuszcz: 70.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 213.39 g; suma cukrów prostych: 36.27 g; Błonnik pokarmowy: 20.88 g;		
środa 2026-02-04	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (***BIA, GLU JĘCZ***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka prasowana z indykiem 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Brokuł parowany 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Carpaccio z buraka 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1766.87 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz: 71.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 220.89 g; suma cukrów prostych: 42.32 g; Błonnik pokarmowy: 17.55 g;		
środa 2026-02-04	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (***BIA, GLU JĘCZ***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka prasowana z indykiem 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Cukinia parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ***), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Brokuł parowany 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Pasta z selera 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1926.75 kcal; Białko ogółem: 78.20 g; Tłuszcz: 81.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 235.17 g; suma cukrów prostych: 41.92 g; Błonnik pokarmowy: 17.33 g;		
środa 2026-02-04	**Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka prasowana z indykiem 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ***), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Brokuł parowany 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Sok warzywny 1szt (***SEL***),	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Carpaccio z buraka 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1579.79 kcal; Białko ogółem: 64.88 g; Tłuszcz: 58.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 215.39 g; suma cukrów prostych: 21.06 g; Błonnik pokarmowy: 19.62 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-04	**Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka prasowana z indykiem 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ***), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Brokuł parowany 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Carpaccio z buraka 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1572.23 kcal; Białko ogółem: 64.45 g; Tłuszcz: 58.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 213.61 g; suma cukrów prostych: 21.00 g; Błonnik pokarmowy: 19.03 g;		
środa 2026-02-04	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (***BIA, GLU JĘCZ***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka prasowana z indykiem 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ***), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Brokuł parowany 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Carpaccio z buraka 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1814.87 kcal; Białko ogółem: 76.50 g; Tłuszcz: 71.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 233.33 g; suma cukrów prostych: 42.83 g; Błonnik pokarmowy: 19.03 g;		
środa 2026-02-04	**Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (***BIA, GLU JĘCZ***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka prasowana z indykiem 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Brokuł parowany 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ***), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Marchew parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Zupa krem z białych warzyw 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2030.24 kcal; Białko ogółem: 77.25 g; Tłuszcz: 76.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 281.68 g; suma cukrów prostych: 85.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g;		
środa 2026-02-04	**Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA**	
Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka prasowana z indykiem 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ***), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Marchew parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Carpaccio z buraka 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1513.07 kcal; Białko ogółem: 61.47 g; Tłuszcz: 56.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 208.34 g; suma cukrów prostych: 57.35 g; Błonnik pokarmowy: 22.46 g;		
czwartek 2026-02-05	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (***GLU, JAJ, BIA***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszce z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Bitka z szynki wieprzowej 90g (***SEL***), Sos szpinakowy 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 150g (***GLU JĘCZ***), Dynia parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Kiełbasa żywiecka 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Kalafior parowany 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2241.05 kcal; Białko ogółem: 67.97 g; Tłuszcz: 97.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.95 g; Węglowodany ogółem: 295.23 g; suma cukrów prostych: 70.80 g; Błonnik pokarmowy: 23.75 g;		
czwartek 2026-02-05	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU**	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (***GLU, JAJ, BIA***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszce z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Bitka z szynki wieprzowej 90g (***SEL***), Sos szpinakowy 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 150g (***GLU JĘCZ***), Dynia parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta warzywna 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2264.29 kcal; Białko ogółem: 68.37 g; Tłuszcz: 96.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.05 g; Węglowodany ogółem: 300.07 g; suma cukrów prostych: 73.70 g; Błonnik pokarmowy: 21.70 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-05	**Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Paprykarz 50g (***RYB, SOJ, SEL***), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Bitka z szynki wieprzowej 90g (***SEL***), Sos szpinakowy 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 150g (***GLU JĘCZ***), Surówka z kapusty białej i marchewki 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Surówka wielowarzywna 100g (***SEL***),	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Kiełbasa żywiecka 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Kalafior parowany 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1839.97 kcal; Białko ogółem: 59.00 g; Tłuszcz: 95.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 207.03 g; suma cukrów prostych: 16.88 g; Błonnik pokarmowy: 22.43 g;		
czwartek 2026-02-05	**Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Paprykarz 50g (***RYB, SOJ, SEL***), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Bitka z szynki wieprzowej 90g (***SEL***), Sos szpinakowy 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 150g (***GLU JĘCZ***), Surówka z kapusty białej i marchewki 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Kiełbasa żywiecka 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Kalafior parowany 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1769.34 kcal; Białko ogółem: 57.55 g; Tłuszcz: 91.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 199.26 g; suma cukrów prostych: 16.15 g; Błonnik pokarmowy: 20.15 g;		
czwartek 2026-02-05	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY**	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (***GLU, JAJ, BIA***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszce z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Bitka z szynki wieprzowej 90g (***SEL***), Sos szpinakowy 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 150g (***GLU JĘCZ***), Dynia parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Kiełbasa żywiecka 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Kalafior parowany 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2241.05 kcal; Białko ogółem: 67.97 g; Tłuszcz: 97.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.95 g; Węglowodany ogółem: 295.23 g; suma cukrów prostych: 70.80 g; Błonnik pokarmowy: 23.75 g;		
czwartek 2026-02-05	**Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (***GLU, JAJ, BIA***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszce z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Bitka z szynki wieprzowej 90g (***SEL***), Sos szpinakowy 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 150g (***GLU JĘCZ***), Dynia parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Zupa krem jarzynowy 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2350.18 kcal; Białko ogółem: 66.20 g; Tłuszcz: 91.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.56 g; Węglowodany ogółem: 339.64 g; suma cukrów prostych: 75.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.07 g;		
czwartek 2026-02-05	**Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA**	
Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszce z syropem 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Bitka z szynki wieprzowej 90g (***SEL***), Sos szpinakowy 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 150g (***GLU JĘCZ***), Dynia parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Kiełbasa żywiecka 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Kalafior parowany 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1880.81 kcal; Białko ogółem: 58.19 g; Tłuszcz: 80.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.05 g; Węglowodany ogółem: 253.00 g; suma cukrów prostych: 41.86 g; Błonnik pokarmowy: 23.25 g;		
piątek 2026-02-06	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Jabłko pieczone 70g , Herbata 200ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Paluszki rybne 90g (***GLU, RYB, SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Włoszczyzna parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka jarzynowa z majonezem 50g (***SEL, GOR***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1596.61 kcal; Białko ogółem: 52.58 g; Tłuszcz: 53.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 243.78 g; suma cukrów prostych: 45.64 g; Błonnik pokarmowy: 18.98 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-06	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (***BIA***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Jabłko pieczone 70g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa koperkowa z ryżem 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Filet rybny na parze 90g (***RYB, SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Włoszczyzna parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z pieczonej marchewki 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1968.65 kcal; Białko ogółem: 84.06 g; Tłuszcz: 80.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 241.77 g; suma cukrów prostych: 73.20 g; Błonnik pokarmowy: 18.08 g;		
piątek 2026-02-06	**Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Jabłka świeże 70g , Herbata 200ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Paluszki rybne 90g (***GLU, RYB, SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Surówka z kapusty kiszonej 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1szt (***BIA***),	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka jarzynowa z majonezem 50g (***SEL, GOR***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1421.11 kcal; Białko ogółem: 46.24 g; Tłuszcz: 54.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 202.21 g; suma cukrów prostych: 28.04 g; Błonnik pokarmowy: 17.02 g;		
piątek 2026-02-06	**Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Jabłka świeże 70g , Herbata 200ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Paluszki rybne 90g (***GLU, RYB, SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Surówka z kapusty kiszonej 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka jarzynowa z majonezem 50g (***SEL, GOR***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1367.11 kcal; Białko ogółem: 42.37 g; Tłuszcz: 52.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 196.63 g; suma cukrów prostych: 22.44 g; Błonnik pokarmowy: 17.02 g;		
piątek 2026-02-06	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Jabłko pieczone 70g , Herbata 200ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Paluszki rybne 90g (***GLU, RYB, SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Włoszczyzna parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z pieczonej marchewki 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1561.07 kcal; Białko ogółem: 53.92 g; Tłuszcz: 52.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 235.11 g; suma cukrów prostych: 67.87 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g;		
piątek 2026-02-06	**Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (***BIA***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Jabłko pieczone 70g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa koperkowa z ryżem 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Filet rybny na parze 90g (***RYB, SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Włoszczyzna parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Zupa krem z marchewki wzmocniona 400g (***JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2170.88 kcal; Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz: 99.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.44 g; Węglowodany ogółem: 248.78 g; suma cukrów prostych: 122.18 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g;		
piątek 2026-02-06	**Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA**	
Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Jabłko pieczone 70g , Herbata 200ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Paluszki rybne 90g (***GLU, RYB, SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Włoszczyzna parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z pieczonej marchewki 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1253.39 kcal; Białko ogółem: 41.59 g; Tłuszcz: 44.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 187.86 g; suma cukrów prostych: 44.47 g; Błonnik pokarmowy: 19.51 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-02-07	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (***BIA, GLU OWI***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Parówka drobiowa 70g (***GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA***), Cukinia parowana 50g (***SEL***), Kakao 200ml (***BIA***),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Ryż z jabłkami 300g , Sos jogurtowy 100g (***BIA***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Bukiet warzyw parowanych 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2043.74 kcal; Białko ogółem: 63.36 g; Tłuszcz: 72.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 302.74 g; suma cukrów prostych: 61.26 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g;		
sobota 2026-02-07	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Cukinia parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Ryż z jabłkami 350g , Sos jogurtowy 150g (***BIA***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Pasta z pietruszki 50g (***SEL***), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1907.72 kcal; Białko ogółem: 63.29 g; Tłuszcz: 49.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 322.53 g; suma cukrów prostych: 41.61 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;		
sobota 2026-02-07	**Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Parówka drobiowa 70g (***GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA***), Marchew tarta 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Ryż z jabłkami 300g , Sos jogurtowy 100g (***BIA***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Kefir naturalny 200ml (***BIA***),	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Bukiet warzyw parowanych 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1779.38 kcal; Białko ogółem: 55.54 g; Tłuszcz: 64.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 261.01 g; suma cukrów prostych: 36.80 g; Błonnik pokarmowy: 19.61 g;		
sobota 2026-02-07	**Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Parówka drobiowa 70g (***GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA***), Marchew tarta 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Ryż z jabłkami 300g , Sos jogurtowy 100g (***BIA***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Bukiet warzyw parowanych 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1687.58 kcal; Białko ogółem: 49.42 g; Tłuszcz: 61.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 252.55 g; suma cukrów prostych: 28.60 g; Błonnik pokarmowy: 19.61 g;		
sobota 2026-02-07	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (***BIA, GLU OWI***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Parówka drobiowa 70g (***GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA***), Cukinia parowana 50g (***SEL***), Kakao 200ml (***BIA***),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Ryż z jabłkami 300g , Sos jogurtowy 100g (***BIA***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Twarożek 50g (***BIA***), Bukiet warzyw parowanych 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2043.74 kcal; Białko ogółem: 63.36 g; Tłuszcz: 72.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 302.74 g; suma cukrów prostych: 61.26 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g;		
sobota 2026-02-07	**Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (***BIA, GLU OWI***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Cukinia parowana 50g (***SEL***), Kakao 200ml (***BIA***),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Ryż z jabłkami 300g , Sos jogurtowy 100g (***BIA***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Zupa krem z białych warzyw 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2105.47 kcal; Białko ogółem: 63.67 g; Tłuszcz: 58.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 350.79 g; suma cukrów prostych: 65.41 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-02-07	**Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA**	
Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Parówka drobiowa 70g (***GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA***), Cukinia parowana 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Ryż z jabłkami 300g , Sos jogurtowy 100g (***BIA***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka konserwowa 50g , Bukiet warzyw parowanych 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1714.35 kcal; Białko ogółem: 47.44 g; Tłuszcz: 66.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.89 g; Węglowodany ogółem: 248.49 g; suma cukrów prostych: 26.48 g; Błonnik pokarmowy: 18.37 g;		
niedziela 2026-02-08	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Jogurt owocowy 150g 1szt (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Brokuł parowany 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ***), Podudzie z kurczaka pieczone 2szt. 180g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Sałatka z buraczków 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Mortadela 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchew tarta 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1974.35 kcal; Białko ogółem: 100.62 g; Tłuszcz: 91.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 203.30 g; suma cukrów prostych: 30.62 g; Błonnik pokarmowy: 17.59 g;		
niedziela 2026-02-08	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU**	
Jogurt owocowy 150g 1szt (***BIA***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa z majerankiem 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Brokuł parowany 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ***), Podudzie z kurczaka parowane 2szt. 180g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Dynia parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z selera 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1955.00 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 87.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 203.94 g; suma cukrów prostych: 25.83 g; Błonnik pokarmowy: 16.23 g;		
niedziela 2026-02-08	**Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Jogurt naturalny 150g 1szt (***BIA***), Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Brokuł parowany 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ***), Podudzie z kurczaka pieczone 2szt. 180g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Sałatka z buraczków 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Sok warzywny 200g (***SEL***),	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Mortadela 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchew tarta 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1940.92 kcal; Białko ogółem: 99.20 g; Tłuszcz: 90.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.43 g; Węglowodany ogółem: 200.33 g; suma cukrów prostych: 25.41 g; Błonnik pokarmowy: 17.98 g;		
niedziela 2026-02-08	**Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.**	
Jogurt naturalny 150g 1szt (***BIA***), Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Brokuł parowany 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ***), Podudzie z kurczaka pieczone 2szt. 180g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Sałatka z buraczków 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Mortadela 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchew tarta 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1932.52 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 90.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.40 g; Węglowodany ogółem: 198.35 g; suma cukrów prostych: 25.35 g; Błonnik pokarmowy: 17.32 g;		
niedziela 2026-02-08	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY**	
Jogurt owocowy 150g 1szt (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Brokuł parowany 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ***), Podudzie z kurczaka pieczone 2szt. 180g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Sałatka z buraczków 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Mortadela 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchew tarta 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1974.35 kcal; Białko ogółem: 100.62 g; Tłuszcz: 91.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 203.30 g; suma cukrów prostych: 30.62 g; Błonnik pokarmowy: 17.59 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-08	**Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA**	
Jogurt owocowy 150g 1szt (***BIA***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa z majerankiem 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Brokuł parowany 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ***), Podudzie z kurczaka parowane 2szt. 180g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Dynia parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z selera 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1955.00 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 87.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 203.94 g; suma cukrów prostych: 25.83 g; Błonnik pokarmowy: 16.23 g;		
niedziela 2026-02-08	**Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA**	
Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Brokuł parowany 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ***), Podudzie z kurczaka pieczone 2szt. 180g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Sałatka z buraczków 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Mortadela 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchew tarta 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1878.52 kcal; Białko ogółem: 94.85 g; Tłuszcz: 88.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.33 g; Węglowodany ogółem: 192.77 g; suma cukrów prostych: 19.75 g; Błonnik pokarmowy: 17.32 g;		
poniedziałek 2026-02-09	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z ryżem 350g (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), Dynia parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Filet rybny panierowany 90g (***GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ***), Sos grecki 100g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 12g (***BIA***), Polędwica drobiowa z pietruszką 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Carpaccio z buraka 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1709.09 kcal; Białko ogółem: 70.56 g; Tłuszcz: 53.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 253.09 g; suma cukrów prostych: 42.92 g; Błonnik pokarmowy: 19.57 g;		
poniedziałek 2026-02-09	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU**	
Zupa mleczna z ryżem 350g (***BIA***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), Dynia parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Filet rybny na parze 90g (***RYB, SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Marchew parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 12g (***BIA***), Polędwica drobiowa z pietruszką 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Brokuł parowany 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1914.09 kcal; Białko ogółem: 81.42 g; Tłuszcz: 74.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.60 g; Węglowodany ogółem: 245.98 g; suma cukrów prostych: 81.19 g; Błonnik pokarmowy: 19.42 g;		
poniedziałek 2026-02-09	**Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Pasztet z blachy drobiowy 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Filet rybny panierowany 90g (***GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ***), Sos grecki 100g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***BIA***),	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 12g (***BIA***), Polędwica drobiowa z pietruszką 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Carpaccio z buraka 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1539.73 kcal; Białko ogółem: 64.15 g; Tłuszcz: 55.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 212.86 g; suma cukrów prostych: 22.43 g; Błonnik pokarmowy: 18.72 g;		
poniedziałek 2026-02-09	**Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Pasztet z blachy drobiowy 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Filet rybny panierowany 90g (***GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ***), Sos grecki 100g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 12g (***BIA***), Polędwica drobiowa z pietruszką 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Carpaccio z buraka 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1485.73 kcal; Białko ogółem: 60.28 g; Tłuszcz: 53.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 207.28 g; suma cukrów prostych: 16.83 g; Błonnik pokarmowy: 18.72 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-09	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY**	
Zupa mleczna z ryżem 350g (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), Dynia parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Filet rybny panierowany 90g (***GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ***), Sos grecki 100g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 12g (***BIA***), Polędwica drobiowa z pietruszką 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Carpaccio z buraka 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1709.09 kcal; Białko ogółem: 70.56 g; Tłuszcz: 53.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 253.09 g; suma cukrów prostych: 42.92 g; Błonnik pokarmowy: 19.57 g;		
poniedziałek 2026-02-09	**Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z ryżem 350g (***BIA***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), Dynia parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Filet rybny na parze 90g (***RYB, SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Marchew parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 12g (***BIA***), Zupa krem z brokuła 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1868.60 kcal; Białko ogółem: 76.02 g; Tłuszcz: 70.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 251.79 g; suma cukrów prostych: 81.74 g; Błonnik pokarmowy: 22.36 g;		
poniedziałek 2026-02-09	**Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA**	
Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), Dynia parowana 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (***SOJ, SEL, GLU PSZ***), Filet rybny panierowany 90g (***GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ***), Sos grecki 100g (***SEL***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 12g (***BIA***), Polędwica drobiowa z pietruszką 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Carpaccio z buraka 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1393.12 kcal; Białko ogółem: 58.72 g; Tłuszcz: 44.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 205.65 g; suma cukrów prostych: 17.79 g; Błonnik pokarmowy: 18.81 g;		
wtorek 2026-02-10	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (***BIA, GLU PSZ***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***JAJ, SEL, GOR***), Cukinia parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Sos meksykański z mięsem 200g (***SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 150g (***GLU JĘCZ***), Włoszczyzna parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z brokuła i marchewki 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1903.79 kcal; Białko ogółem: 72.79 g; Tłuszcz: 75.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.74 g; Węglowodany ogółem: 258.70 g; suma cukrów prostych: 54.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;		
wtorek 2026-02-10	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (***BIA, GLU PSZ***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Serek wiejski (g) 50g , Cukinia parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Sos koperkowy z mięsem wp 200ml (***BIA, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 150g (***GLU JĘCZ***), Włoszczyzna parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z brokuła i marchewki 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1862.40 kcal; Białko ogółem: 70.36 g; Tłuszcz: 76.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 241.93 g; suma cukrów prostych: 56.04 g; Błonnik pokarmowy: 20.15 g;		
wtorek 2026-02-10	**Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***JAJ, SEL, GOR***), Kapusta pekińska z zieleniną 50g , Herbata 200ml ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Sos meksykański z mięsem 200g (***SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 150g (***GLU JĘCZ***), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Kefir naturalny 200ml (***BIA***),	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z brokuła i marchewki 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1739.07 kcal; Białko ogółem: 67.64 g; Tłuszcz: 76.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.10 g; Węglowodany ogółem: 219.52 g; suma cukrów prostych: 34.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-10	**Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.**	
Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***JAJ, SEL, GOR***), Kapusta pekińska z zieleniną 50g , Herbata 200ml ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Sos meksykański z mięsem 200g (***SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 150g (***GLU JĘCZ***), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z brokuła i marchewki 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1647.27 kcal; Białko ogółem: 61.52 g; Tłuszcz: 73.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 211.06 g; suma cukrów prostych: 26.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g;		
wtorek 2026-02-10	**Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (***BIA, GLU PSZ***), Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***JAJ, SEL, GOR***), Cukinia parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Sos meksykański z mięsem 200g (***SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 150g (***GLU JĘCZ***), Włoszczyzna parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z brokuła i marchewki 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1903.79 kcal; Białko ogółem: 72.79 g; Tłuszcz: 75.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.74 g; Węglowodany ogółem: 258.70 g; suma cukrów prostych: 54.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;		
wtorek 2026-02-10	**Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (***BIA, GLU PSZ***), Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Serek wiejski (g) 50g , Cukinia parowana 50g (***SEL***), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Sos koperkowy z mięsem wp 200ml (***BIA, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 150g (***GLU JĘCZ***), Włoszczyzna parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (***GLU PSZ***), Masło extra 20g (***BIA***), Zupa krem z marchewki wzmocniona 400g (***JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2092.63 kcal; Białko ogółem: 79.04 g; Tłuszcz: 97.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.19 g; Węglowodany ogółem: 248.41 g; suma cukrów prostych: 114.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;		
wtorek 2026-02-10	**Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA**	
Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***JAJ, SEL, GOR***), Cukinia parowana 50g (***SEL***), Herbata 200ml ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (***SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ***), Sos meksykański z mięsem 200g (***SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 150g (***GLU JĘCZ***), Włoszczyzna parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Masło extra 20g (***BIA***), Pasta z brokuła i marchewki 50g (***SEL***), Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1567.53 kcal; Białko ogółem: 60.33 g; Tłuszcz: 66.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 206.96 g; suma cukrów prostych: 28.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone