

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-13		
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 zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 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), Szyńka bartnika drobiowa 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2001.63 kcal; Białko ogółem: 75.56 g; Tłuszcz: 80.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 259.98 g; suma cukrów prostych: 38.65 g; Błonnik pokarmowy: 18.59 g;		
wtorek 2026-01-13		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Ser fromage 50g (BIA), Włoszczyzna parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 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), Zupa krem z marchewki wzmocniona 400g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2266.36 kcal; Białko ogółem: 85.71 g; Tłuszcz: 102.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.54 g; Węglowodany ogółem: 271.67 g; suma cukrów prostych: 112.42 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;		
wtorek 2026-01-13		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 50g (SEL), Herbata 200ml ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 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), Szyńka bartnika drobiowa 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1719.02 kcal; Białko ogółem: 64.72 g; Tłuszcz: 76.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 209.94 g; suma cukrów prostych: 35.21 g; Błonnik pokarmowy: 19.82 g;		
środa 2026-01-14		
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), Szyńka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Pulpet drobiowy 90g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos groszkowy 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 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 : 1828.70 kcal; Białko ogółem: 70.81 g; Tłuszcz: 62.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 268.64 g; suma cukrów prostych: 45.19 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g;		
środa 2026-01-14		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szyńka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dynia parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Pulpet drobiowy 90g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos groszkowy 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew parowana 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 : 1947.35 kcal; Białko ogółem: 75.27 g; Tłuszcz: 73.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 269.61 g; suma cukrów prostych: 84.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;		
środa 2026-01-14		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szyńka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Pulpet drobiowy 90g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos groszkowy 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200g (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 : 1514.21 kcal; Białko ogółem: 57.81 g; Tłuszcz: 51.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.14 g; Węglowodany ogółem: 226.21 g; suma cukrów prostych: 19.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.95 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-14 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g, Herbata 200ml,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Pulpet drobiowy 90g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos groszkowy 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 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 : 1505.81 kcal; Białko ogółem: 57.33 g; Tłuszcz: 51.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 224.23 g; suma cukrów prostych: 19.82 g; Błonnik pokarmowy: 22.29 g;		
środa 2026-01-14 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), Szyunka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Pulpet drobiowy 90g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos groszkowy 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 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 : 1828.70 kcal; Białko ogółem: 70.81 g; Tłuszcz: 62.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 268.64 g; suma cukrów prostych: 45.19 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g;		
środa 2026-01-14 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dynia parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Pulpet drobiowy 90g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos groszkowy 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Zupa krem z selera 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2033.28 kcal; Białko ogółem: 71.95 g; Tłuszcz: 66.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 311.94 g; suma cukrów prostych: 84.43 g; Błonnik pokarmowy: 30.16 g;		
środa 2026-01-14 Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g, Herbata 200ml,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Pulpet drobiowy 90g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos groszkowy 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szyunka bartnika drobiowa 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Energia : 1769.54 kcal; Białko ogółem: 67.10 g; Tłuszcz: 59.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 263.45 g; suma cukrów prostych: 39.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.39 g;		
czwartek 2026-01-15 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 syropie 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (SEL), Sos dyniowy 100g (BIA, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 50g (SEL), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2281.31 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 97.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.57 g; Węglowodany ogółem: 287.53 g; suma cukrów prostych: 80.66 g; Błonnik pokarmowy: 21.62 g;		
czwartek 2026-01-15 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA 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 syropie 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (SEL), Sos dyniowy 100g (BIA, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 1g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta warzywna 50g (SEL), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2249.02 kcal; Białko ogółem: 79.84 g; Tłuszcz: 90.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.76 g; Węglowodany ogółem: 301.11 g; suma cukrów prostych: 76.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-15		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (SEL), Sos dyniowy 100g (BIA, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczerek: Surówka wielowarzywna 100g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1889.12 kcal; Białko ogółem: 77.87 g; Tłuszcz: 94.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 204.39 g; suma cukrów prostych: 13.59 g; Błonnik pokarmowy: 22.95 g;		
czwartek 2026-01-15		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Chleb ziarnisty 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (SEL), Sos dyniowy 100g (BIA, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1818.49 kcal; Białko ogółem: 76.42 g; Tłuszcz: 89.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.29 g; Węglowodany ogółem: 196.61 g; suma cukrów prostych: 12.87 g; Błonnik pokarmowy: 20.66 g;		
czwartek 2026-01-15		
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 syropie 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (SEL), Sos dyniowy 100g (BIA, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Kielbasa żywiecka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2228.39 kcal; Białko ogółem: 83.87 g; Tłuszcz: 91.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.63 g; Węglowodany ogółem: 287.48 g; suma cukrów prostych: 80.62 g; Błonnik pokarmowy: 21.62 g;		
czwartek 2026-01-15		
Dieta: MCZ DIETA PAPPKOWATA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (GLU, JAJ, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w syropie 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (SEL), Sos dyniowy 100g (BIA, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia 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 : 2389.16 kcal; Białko ogółem: 85.70 g; Tłuszcz: 87.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; suma cukrów prostych: 78.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.31 g;		
czwartek 2026-01-15		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w syropie 50g , Herbata 200ml ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (SEL), Sos dyniowy 100g (BIA, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1921.07 kcal; Białko ogółem: 74.14 g; Tłuszcz: 80.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 245.31 g; suma cukrów prostych: 51.72 g; Błonnik pokarmowy: 21.12 g;		
piątek 2026-01-16		
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 pomidorowa z ryżem 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny w panierce 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Sałatka po żydowsku z majonezem 50g (JAJ, SEL, GOR), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1878.39 kcal; Białko ogółem: 75.51 g; Tłuszcz: 70.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 249.72 g; suma cukrów prostych: 43.19 g; Błonnik pokarmowy: 17.39 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-16		
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), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1890.72 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz: 71.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.80 g; Węglowodany ogółem: 247.19 g; suma cukrów prostych: 72.00 g; Błonnik pokarmowy: 17.00 g;		
piątek 2026-01-16		
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 250ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny w panierce 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczerek: Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Sałatka po żydowsku z majonezem 50g (JAJ, SEL, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1715.62 kcal; Białko ogółem: 66.69 g; Tłuszcz: 74.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 210.80 g; suma cukrów prostych: 28.31 g; Błonnik pokarmowy: 16.49 g;		
piątek 2026-01-16		
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 250ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny w panierce 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Sałatka po żydowsku z majonezem 50g (JAJ, SEL, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1661.62 kcal; Białko ogółem: 62.82 g; Tłuszcz: 72.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 205.22 g; suma cukrów prostych: 22.71 g; Błonnik pokarmowy: 16.49 g;		
piątek 2026-01-16		
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 250ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny w panierce 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1874.41 kcal; Białko ogółem: 74.47 g; Tłuszcz: 73.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.28 g; Węglowodany ogółem: 246.51 g; suma cukrów prostych: 67.18 g; Błonnik pokarmowy: 20.08 g;		
piątek 2026-01-16		
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), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Zupa krem z marchewki wzmocniona 400g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2079.45 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 87.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.74 g; Węglowodany ogółem: 254.20 g; suma cukrów prostych: 120.98 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;		
piątek 2026-01-16		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1416.61 kcal; Białko ogółem: 61.76 g; Tłuszcz: 51.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 192.25 g; suma cukrów prostych: 34.43 g; Błonnik pokarmowy: 18.78 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-17		
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),	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 200g (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), Twarożek 50g (BIA), Bukiet warzyw parowanych 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1902.16 kcal; Białko ogółem: 62.20 g; Tłuszcz: 73.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.58 g; Węglowodany ogółem: 267.12 g; suma cukrów prostych: 47.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g;		
sobota 2026-01-17		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
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),	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z soczewicą 200g (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), Twarożek 50g (BIA), Pasta z pietruszki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1776.82 kcal; Białko ogółem: 64.81 g; Tłuszcz: 60.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 261.56 g; suma cukrów prostych: 51.17 g; Błonnik pokarmowy: 20.86 g;		
sobota 2026-01-17		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH 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 100g (SEL), Herbata 200ml ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 200g (GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 100g (SEL), 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 : 1685.41 kcal; Białko ogółem: 55.05 g; Tłuszcz: 70.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 227.75 g; suma cukrów prostych: 22.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g;		
sobota 2026-01-17		
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 100g (SEL), Herbata 200ml ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 200g (GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 100g (SEL), 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 : 1593.61 kcal; Białko ogółem: 48.93 g; Tłuszcz: 67.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 219.29 g; suma cukrów prostych: 13.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g;		
sobota 2026-01-17		
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),	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 200g (GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Dynia parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Masło extra 20g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Twarożek 50g (BIA), Bukiet warzyw parowanych 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1902.16 kcal; Białko ogółem: 62.20 g; Tłuszcz: 73.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.58 g; Węglowodany ogółem: 267.12 g; suma cukrów prostych: 47.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g;		
sobota 2026-01-17		
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),	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z soczewicą 200g (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 z białych warzyw 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1911.01 kcal; Białko ogółem: 61.86 g; Tłuszcz: 59.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 305.98 g; suma cukrów prostych: 51.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-18		
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), Kotlet drobiowy parowany 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Zupa krem z selera 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1749.64 kcal; Białko ogółem: 79.72 g; Tłuszcz: 56.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 245.62 g; suma cukrów prostych: 26.13 g; Błonnik pokarmowy: 18.78 g;		
niedziela 2026-01-18		
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), Kotlet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Salceson 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew tarta 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1651.43 kcal; Białko ogółem: 78.82 g; Tłuszcz: 66.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 200.90 g; suma cukrów prostych: 11.60 g; Błonnik pokarmowy: 17.62 g;		
poniedziałek 2026-01-19		
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 100g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny w panierce 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Sos grecki 100g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Galaretką drobiowa 100g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1875.68 kcal; Białko ogółem: 75.43 g; Tłuszcz: 70.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.38 g; Węglowodany ogółem: 255.36 g; suma cukrów prostych: 52.80 g; Błonnik pokarmowy: 22.84 g;		
poniedziałek 2026-01-19		
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), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Polędwica drobiowa z koperkiem 50g , Brokuł parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1963.59 kcal; Białko ogółem: 79.27 g; Tłuszcz: 79.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 248.13 g; suma cukrów prostych: 41.45 g; Błonnik pokarmowy: 17.00 g;		
poniedziałek 2026-01-19		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny w panierce 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Sos grecki 100g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Galaretką drobiowa 100g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1710.83 kcal; Białko ogółem: 66.50 g; Tłuszcz: 75.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 213.98 g; suma cukrów prostych: 25.87 g; Błonnik pokarmowy: 23.42 g;		
poniedziałek 2026-01-19		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny w panierce 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Sos grecki 100g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Galaretką drobiowa 100g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1635.14 kcal; Białko ogółem: 64.37 g; Tłuszcz: 70.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 204.84 g; suma cukrów prostych: 25.30 g; Błonnik pokarmowy: 20.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-19		
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 zieleciną 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny w panierce 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Sos grecki 100g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Galaretką drobiowa 100g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1858.49 kcal; Białko ogółem: 74.65 g; Tłuszcz: 70.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 250.64 g; suma cukrów prostych: 51.39 g; Błonnik pokarmowy: 21.17 g;		
poniedziałek 2026-01-19		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
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 zieleciną 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 brokuła 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1918.10 kcal; Białko ogółem: 73.88 g; Tłuszcz: 75.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 253.94 g; suma cukrów prostych: 41.99 g; Błonnik pokarmowy: 19.94 g;		
poniedziałek 2026-01-19		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szyńka bartnika drobiowa 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dynia parowana 100g (SEL), Herbata 200ml ,	Zupa grysikowa z zieleciną 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny w panierce 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Galaretką drobiowa 100g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1508.96 kcal; Białko ogółem: 64.11 g; Tłuszcz: 58.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.86 g; Węglowodany ogółem: 198.28 g; suma cukrów prostych: 24.79 g; Błonnik pokarmowy: 19.11 g;		
wtorek 2026-01-20		
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 zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza gryczana palona na sypko 150g , Fasolka szparagowa parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szyńka bartnika drobiowa 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1970.09 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 81.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 253.13 g; suma cukrów prostych: 39.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;		
wtorek 2026-01-20		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Ser fromage 50g (BIA), Włoszczyzna parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Fasolka szparagowa parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szyńka bartnika drobiowa 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1958.10 kcal; Białko ogółem: 74.29 g; Tłuszcz: 81.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 250.52 g; suma cukrów prostych: 63.72 g; Błonnik pokarmowy: 21.55 g;		
wtorek 2026-01-20		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Kapusta pekińska z zieleciną 50g , Herbata 200ml ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza gryczana palona na sypko 150g , Fasolka szparagowa parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Kefir naturalny 200ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szyńka bartnika drobiowa 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1787.69 kcal; Białko ogółem: 72.67 g; Tłuszcz: 77.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.33 g; Węglowodany ogółem: 220.50 g; suma cukrów prostych: 19.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.32 g;		

