

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-04-21</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos meksykański z mięsem 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1984.31 kcal; Białko ogółem: 74.41 g; Tłuszcz: 78.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 267.08 g; suma cukrów prostych: 37.10 g; Błonnik pokarmowy: 23.46 g;		
<b>wtorek 2026-04-21</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 50g ( <b>BIA</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos mięsny z jarzynami 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2044.03 kcal; Białko ogółem: 74.53 g; Tłuszcz: 87.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.43 g; Węglowodany ogółem: 260.80 g; suma cukrów prostych: 63.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.10 g;		
<b>wtorek 2026-04-21</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos meksykański z mięsem 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2042.25 kcal; Białko ogółem: 76.03 g; Tłuszcz: 80.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.00 g; Węglowodany ogółem: 276.71 g; suma cukrów prostych: 38.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g;		
<b>wtorek 2026-04-21</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos meksykański z mięsem 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2054.94 kcal; Białko ogółem: 75.86 g; Tłuszcz: 83.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 274.86 g; suma cukrów prostych: 37.82 g; Błonnik pokarmowy: 25.74 g;		
<b>wtorek 2026-04-21</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos mięsny z jarzynami 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2003.10 kcal; Białko ogółem: 74.41 g; Tłuszcz: 85.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 252.46 g; suma cukrów prostych: 36.37 g; Błonnik pokarmowy: 20.82 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-04-22</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka prasowana z indykiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa selerowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Udko z kurczaka pieczone 180g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Marchew z groszkiem oprószana 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2033.17 kcal; Białko ogółem: 93.22 g; Tłuszcz: 80.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 253.10 g; suma cukrów prostych: 45.70 g; Błonnik pokarmowy: 20.32 g;		
<b>środa 2026-04-22</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka prasowana z indykiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Cukinia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa selerowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Udko z kurczaka gotowane 180g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Marchew z groszkiem oprószana 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Zupa krem jarzynowy 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2264.54 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 85.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.19 g; Węglowodany ogółem: 297.90 g; suma cukrów prostych: 50.94 g; Błonnik pokarmowy: 22.44 g;		
<b>środa 2026-04-22</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka prasowana z indykiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g, Herbata 200ml,	Zupa selerowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Udko z kurczaka pieczone 180g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Marchew z groszkiem oprószana 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta warzywna 50g ( <b>SEL</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1677.61 kcal; Białko ogółem: 72.06 g; Tłuszcz: 72.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 203.45 g; suma cukrów prostych: 18.34 g; Błonnik pokarmowy: 20.28 g;		
<b>czwartek 2026-04-23</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Marmolada owocowa 50g, Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafior parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2153.59 kcal; Białko ogółem: 63.31 g; Tłuszcz: 85.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.40 g; Węglowodany ogółem: 306.70 g; suma cukrów prostych: 72.68 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g;		
<b>czwartek 2026-04-23</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Marmolada owocowa 50g, Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z selera 50g ( <b>SEL</b> ), Szyńka konserwowa z kurczaka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2298.98 kcal; Białko ogółem: 70.91 g; Tłuszcz: 86.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 337.83 g; suma cukrów prostych: 76.11 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-04-23</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g ( <b>RYB, SOJ, SEL</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sytko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Surówka z kapusty czerwonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Surówka z marchewki 100g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafor parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1732.86 kcal; Białko ogółem: 54.33 g; Tłuszcz: 78.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.07 g; Węglowodany ogółem: 224.14 g; suma cukrów prostych: 16.69 g; Błonnik pokarmowy: 23.96 g;		
<b>czwartek 2026-04-23</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g ( <b>RYB, SOJ, SEL</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sytko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Surówka z kapusty czerwonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafor parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1704.07 kcal; Białko ogółem: 53.41 g; Tłuszcz: 78.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 215.19 g; suma cukrów prostych: 13.65 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g;		
<b>czwartek 2026-04-23</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sytko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafor parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2201.52 kcal; Białko ogółem: 65.95 g; Tłuszcz: 86.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.59 g; Węglowodany ogółem: 315.46 g; suma cukrów prostych: 71.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.68 g;		
<b>czwartek 2026-04-23</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sytko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Zupa krem z białych warzyw 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2468.40 kcal; Białko ogółem: 73.56 g; Tłuszcz: 82.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.36 g; Węglowodany ogółem: 391.14 g; suma cukrów prostych: 85.23 g; Błonnik pokarmowy: 36.38 g;		
<b>czwartek 2026-04-23</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sytko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafor parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1793.34 kcal; Białko ogółem: 53.53 g; Tłuszcz: 68.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.50 g; Węglowodany ogółem: 264.47 g; suma cukrów prostych: 43.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-04-24</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Jabłko pieczone 70g , Herbata 200ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 70g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka konserwowa 50g , Sałatka makaronowa z majonezem 50g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GOR</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1791.39 kcal; Białko ogółem: 55.55 g; Tłuszcz: 67.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.40 g; Węglowodany ogółem: 255.84 g; suma cukrów prostych: 47.39 g; Błonnik pokarmowy: 18.48 g;		
<b>piątek 2026-04-24</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Jabłko pieczone 70g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 70g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka konserwowa 50g , Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1894.43 kcal; Białko ogółem: 61.78 g; Tłuszcz: 74.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.58 g; Węglowodany ogółem: 259.93 g; suma cukrów prostych: 71.86 g; Błonnik pokarmowy: 17.97 g;		
<b>piątek 2026-04-24</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Jabłka świeże 70g , Herbata 200ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 70g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczerek:</b> Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka konserwowa 50g , Sałatka makaronowa z majonezem 50g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GOR</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1625.97 kcal; Białko ogółem: 46.74 g; Tłuszcz: 71.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 216.28 g; suma cukrów prostych: 31.60 g; Błonnik pokarmowy: 17.62 g;		
<b>piątek 2026-04-24</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Jabłka świeże 70g , Herbata 200ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 70g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka konserwowa 50g , Sałatka makaronowa z majonezem 50g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GOR</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1571.97 kcal; Białko ogółem: 42.87 g; Tłuszcz: 69.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 210.70 g; suma cukrów prostych: 26.00 g; Błonnik pokarmowy: 17.62 g;		
<b>piątek 2026-04-24</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Jabłko pieczone 70g , Herbata 200ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 70g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka konserwowa 50g , Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1695.79 kcal; Białko ogółem: 55.17 g; Tłuszcz: 66.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 237.17 g; suma cukrów prostych: 66.43 g; Błonnik pokarmowy: 19.91 g;		
<b>piątek 2026-04-24</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Jabłko pieczone 70g , Herbata 200ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 70g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Zupa krem z marchewki wzmocniona 350g ( <b>JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1874.47 kcal; Białko ogółem: 64.23 g; Tłuszcz: 78.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.19 g; Węglowodany ogółem: 245.72 g; suma cukrów prostych: 107.80 g; Błonnik pokarmowy: 22.79 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-04-25</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z ryżem 350g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka konserwowa 50g, Dynia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Kakao 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Knedle z truskawkami 200g ( <b>GLU PSZ</b> ), Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Jabłko pieczone 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Zupa krem z brokuła 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2203.61 kcal; Białko ogółem: 64.94 g; Tłuszcz: 83.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 316.59 g; suma cukrów prostych: 81.94 g; Błonnik pokarmowy: 20.52 g;		
<b>sobota 2026-04-25</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ogórki zielone 50g, Herbata 200ml	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Knedle z truskawkami 200g ( <b>GLU PSZ</b> ), Surówka z marchewki i jabłka 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pasta z brokuła 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1741.49 kcal; Białko ogółem: 48.26 g; Tłuszcz: 77.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 231.81 g; suma cukrów prostych: 22.58 g; Błonnik pokarmowy: 20.41 g;		
<b>niedziela 2026-04-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Jogurt owocowy 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Ogórki kiszzone 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet schabowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Salceson 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1931.68 kcal; Białko ogółem: 79.66 g; Tłuszcz: 91.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 463.41 g; suma cukrów prostych: 250.53 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g;		
<b>niedziela 2026-04-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
jogurt owocowy 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica drobiowa z majerankiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Cukinia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet wieprzowy parowany 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Dynia parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka konserwowa z kurczaka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pasta z selera 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1830.41 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 77.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 214.15 g; suma cukrów prostych: 26.13 g; Błonnik pokarmowy: 16.54 g;		
<b>niedziela 2026-04-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszzone 50g, Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Herbata 200ml,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet schabowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml, <b>Podwieczerek:</b> Sok warzywny 200g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Salceson 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1898.25 kcal; Białko ogółem: 78.24 g; Tłuszcz: 89.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 210.96 g; suma cukrów prostych: 27.53 g; Błonnik pokarmowy: 17.64 g;		
<b>niedziela 2026-04-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.</b>		
Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Ogórki kiszzone 50g, Herbata 200ml,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet schabowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Salceson 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1889.85 kcal; Białko ogółem: 77.76 g; Tłuszcz: 89.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.97 g; Węglowodany ogółem: 208.98 g; suma cukrów prostych: 27.46 g; Błonnik pokarmowy: 16.98 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-04-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
jogurt owocowy 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Cukinia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlec schabowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Dynia parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Salceson 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1873.80 kcal; Białko ogółem: 79.51 g; Tłuszcz: 87.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 210.18 g; suma cukrów prostych: 24.20 g; Błonnik pokarmowy: 18.37 g;		
<b>niedziela 2026-04-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</b>		
jogurt owocowy 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ), Cukinia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Polędwica drobiowa z majerankiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ),	Kotlet wieprzowy parowany 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Dynia parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Zupa krem z białych warzyw 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1945.84 kcal; Białko ogółem: 83.67 g; Tłuszcz: 71.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 261.88 g; suma cukrów prostych: 29.65 g; Błonnik pokarmowy: 21.83 g;		
<b>niedziela 2026-04-26</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Cukinia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlec schabowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Salceson 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1832.61 kcal; Białko ogółem: 74.31 g; Tłuszcz: 87.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 202.53 g; suma cukrów prostych: 20.00 g; Błonnik pokarmowy: 17.38 g;		
<b>poniedziałek 2026-04-27</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet z blachy drobiowej 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ</b> ), Filet rybny panierowany 90g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos grecki 100g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa z pietruszką 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1914.19 kcal; Białko ogółem: 71.03 g; Tłuszcz: 77.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.48 g; Węglowodany ogółem: 251.47 g; suma cukrów prostych: 42.49 g; Błonnik pokarmowy: 19.73 g;		
<b>poniedziałek 2026-04-27</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), Dynia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ</b> ), Filet rybny na parze 90g ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 12g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa z pietruszką 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2032.17 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz: 87.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 249.26 g; suma cukrów prostych: 68.96 g; Błonnik pokarmowy: 20.38 g;		
<b>poniedziałek 2026-04-27</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet z blachy drobiowej 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ</b> ), Filet rybny panierowany 90g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos grecki 100g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczerek:</b> Maślanka naturalna 200ml ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 12g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa z pietruszką 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1565.29 kcal; Białko ogółem: 67.20 g; Tłuszcz: 55.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 217.13 g; suma cukrów prostych: 22.88 g; Błonnik pokarmowy: 19.15 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-04-28</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Warzywa po chińsku 200g ( <b>SOJ, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g ( <b>SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Surówka z marchewki 100g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartenka drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1915.57 kcal; Białko ogółem: 54.80 g; Tłuszcz: 93.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 241.51 g; suma cukrów prostych: 16.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g;		
<b>wtorek 2026-04-28</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Warzywa po chińsku 200g ( <b>SOJ, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartenka drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1886.78 kcal; Białko ogółem: 53.88 g; Tłuszcz: 93.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 232.56 g; suma cukrów prostych: 13.69 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g;		
<b>wtorek 2026-04-28</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Warzywa po chińsku 200g ( <b>SOJ, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ),	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartenka drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2097.76 kcal; Białko ogółem: 63.79 g; Tłuszcz: 99.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 258.72 g; suma cukrów prostych: 49.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g;		
<b>wtorek 2026-04-28</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 50g ( <b>BIA</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Warzywa po chińsku (OT) 200g ( <b>SOJ, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ),	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Zupa krem z białych warzyw 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2286.44 kcal; Białko ogółem: 64.68 g; Tłuszcz: 98.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.76 g; Węglowodany ogółem: 310.84 g; suma cukrów prostych: 60.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g;		
<b>wtorek 2026-04-28</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Warzywa po chińsku 200g ( <b>SOJ, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ),	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartenka drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1774.86 kcal; Białko ogółem: 50.31 g; Tłuszcz: 88.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 214.31 g; suma cukrów prostych: 23.84 g; Błonnik pokarmowy: 21.93 g;		
<b>środa 2026-04-29</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka prasowana z indykiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa brokułowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka drobiowa 90g ( <b>SEL</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2019.21 kcal; Białko ogółem: 76.15 g; Tłuszcz: 90.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.28 g; Węglowodany ogółem: 243.56 g; suma cukrów prostych: 50.36 g; Błonnik pokarmowy: 19.93 g;		





## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-04-30</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Surówka z marchewki i selera 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafior parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1832.98 kcal; Białko ogółem: 56.30 g; Tłuszcz: 73.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 258.44 g; suma cukrów prostych: 41.80 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;		