

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-12		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (BIA, GLU PSZ), 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 (SEL), 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), Szyunka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2026.71 kcal; Białko ogółem: 67.24 g; Tłuszcz: 81.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 274.44 g; suma cukrów prostych: 68.21 g; Błonnik pokarmowy: 21.67 g;		
piątek 2026-06-12		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Jabłko pieczone 70g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Paluszki rybne 90g (GLU, 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, BIA, SEL), Herbata 200ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2422.28 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 109.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.71 g; Węglowodany ogółem: 297.57 g; suma cukrów prostych: 128.53 g; Błonnik pokarmowy: 26.54 g;		
piątek 2026-06-12		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Jabłko pieczone 70g , Herbata 200ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), 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), Szyunka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1767.53 kcal; Białko ogółem: 56.19 g; Tłuszcz: 76.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 232.95 g; suma cukrów prostych: 45.28 g; Błonnik pokarmowy: 21.54 g;		
sobota 2026-06-13		
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), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ogórki zielone 50g , Kakao 200ml (BIA),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kluski śląskie 250g , Marchew oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), 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 : 2102.00 kcal; Białko ogółem: 63.05 g; Tłuszcz: 79.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 303.21 g; suma cukrów prostych: 90.25 g; Błonnik pokarmowy: 24.60 g;		
sobota 2026-06-13		
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), Szyunka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Seler parowany 50g (SEL), Kakao 200ml (BIA),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kluski śląskie 250g , Marchew oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), 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 : 2032.60 kcal; Białko ogółem: 66.64 g; Tłuszcz: 68.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.29 g; Węglowodany ogółem: 308.86 g; suma cukrów prostych: 94.96 g; Błonnik pokarmowy: 24.85 g;		
sobota 2026-06-13		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kluski śląskie 250g , Marchew oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Kefir naturalny 200g 1szt (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 : 1768.39 kcal; Białko ogółem: 52.96 g; Tłuszcz: 71.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 247.02 g; suma cukrów prostych: 55.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.66 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-14		
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 kiszzone 50g, Herbata 200ml,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Kotlet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka colesław 100g (SEL, GOR), Kompot owocowy 200ml, Podwieczerek: Sok warzywny 200g (SEL),	Chleb ziarnisty 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 : 1802.96 kcal; Białko ogółem: 81.76 g; Tłuszcz: 77.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 462.31 g; suma cukrów prostych: 237.08 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g;		
niedziela 2026-06-14		
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), Ogórki kiszzone 50g, Herbata 200ml,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Kotlet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka colesław 100g (SEL, GOR), Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 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 : 1794.56 kcal; Białko ogółem: 81.28 g; Tłuszcz: 77.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 460.33 g; suma cukrów prostych: 237.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.16 g;		
niedziela 2026-06-14		
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, SEL), Kotlet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Dynia parowana 100g (SEL), 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 : 1735.37 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; Tłuszcz: 68.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 213.90 g; suma cukrów prostych: 23.93 g; Błonnik pokarmowy: 19.03 g;		
niedziela 2026-06-14		
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, SEL), Kotlet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Dynia parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA), Zupa krem z białych warzyw 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Energia : 1895.94 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 60.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 377.18 g; suma cukrów prostych: 54.66 g; Błonnik pokarmowy: 22.15 g;		
niedziela 2026-06-14		
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, SEL), Kotlet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Dynia parowana 100g (SEL), 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 : 1639.49 kcal; Białko ogółem: 77.76 g; Tłuszcz: 64.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 203.37 g; suma cukrów prostych: 13.06 g; Błonnik pokarmowy: 18.76 g;		
poniedziałek 2026-06-15		
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), Pasztet z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa bieszczańska z kaszą jęczmienną i makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Gulasz z soczewicą i mięsem drobiowym 200g (SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i kukurydzy 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Rolada z kurczakiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta warzywna 50g (SEL), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2166.34 kcal; Białko ogółem: 84.08 g; Tłuszcz: 88.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.18 g; Węglowodany ogółem: 284.70 g; suma cukrów prostych: 42.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-15		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa bieszczadzka z kaszą jęczmienną i makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Fasolka po bretońsku z mięsem drobiowym 200g (SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i kukurydzy 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Rolada z kurczakiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta warzywna 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1829.05 kcal; Białko ogółem: 71.79 g; Tłuszcz: 76.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 1046.96 g; suma cukrów prostych: 160.65 g; Błonnik pokarmowy: 184.46 g;		