





## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-06-22</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g ( <b>BIA, GLU JĘCZ</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> ),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</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 20g ( <b>BIA</b> ), Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Zupa krem jarzynowy 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2180.40 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 88.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.44 g; Węglowodany ogółem: 282.93 g; suma cukrów prostych: 51.83 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g;		
<b>poniedziałek 2026-06-22</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowy 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa solferino z ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Filet rybny panierowany 90g ( <b>GLU, JAJ, RYB, 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> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Poledwica Ani 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1597.93 kcal; Białko ogółem: 63.80 g; Tłuszcz: 65.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 335.68 g; suma cukrów prostych: 27.20 g; Błonnik pokarmowy: 42.70 g;		
<b>wtorek 2026-06-23</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 zieleciną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Rzodkiew biała 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> ), Kotlet mielony wieprzowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</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> ), Szyunka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2162.59 kcal; Białko ogółem: 78.01 g; Tłuszcz: 95.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.67 g; Węglowodany ogółem: 268.71 g; suma cukrów prostych: 39.53 g; Błonnik pokarmowy: 22.60 g;		
<b>wtorek 2026-06-23</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA 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> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Seler parowany 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> ), Kotlet mielony wieprzowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Marchew oprószana 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka tostowa 50g , Pasta z pietruszki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2084.50 kcal; Białko ogółem: 78.91 g; Tłuszcz: 84.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.75 g; Węglowodany ogółem: 273.18 g; suma cukrów prostych: 86.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g;		
<b>wtorek 2026-06-23</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> ), Pasta jajeczna z zieleciną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Rzodkiew biała 50g , Herbata 200ml ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ</b> ), Kotlet mielony wieprzowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Marchew z groszkiem oprószana 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</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> ), Szyunka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1910.27 kcal; Białko ogółem: 65.98 g; Tłuszcz: 89.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 232.07 g; suma cukrów prostych: 14.88 g; Błonnik pokarmowy: 22.71 g;		
<b>wtorek 2026-06-23</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> ), Pasta jajeczna z zieleciną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Rzodkiew biała 50g , Herbata 200ml ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ</b> ), Kotlet mielony wieprzowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Marchew z groszkiem oprószana 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1839.64 kcal; Białko ogółem: 64.52 g; Tłuszcz: 84.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 224.29 g; suma cukrów prostych: 14.16 g; Błonnik pokarmowy: 20.43 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-06-23</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 zieleciną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Seler parowany 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> ), Kotlet mielony wieprzowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</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> ), Szyunka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2165.20 kcal; Białko ogółem: 78.21 g; Tłuszcz: 95.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.66 g; Węglowodany ogółem: 270.05 g; suma cukrów prostych: 40.28 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g;		
<b>wtorek 2026-06-23</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</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> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Seler parowany 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> ), Kotlet mielony wieprzowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Marchew 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 marchewkowa 400g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2150.10 kcal; Białko ogółem: 81.95 g; Tłuszcz: 86.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.77 g; Węglowodany ogółem: 289.13 g; suma cukrów prostych: 156.96 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g;		
<b>wtorek 2026-06-23</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleciną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Rzodkiew biała 50g , Herbata 200ml ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ</b> ), Kotlet mielony wieprzowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, 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> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1783.74 kcal; Białko ogółem: 64.40 g; Tłuszcz: 81.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 215.72 g; suma cukrów prostych: 11.64 g; Błonnik pokarmowy: 19.05 g;		
<b>środa 2026-06-24</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> ), Pieczeń wiedeńska 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</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> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1948.86 kcal; Białko ogółem: 77.60 g; Tłuszcz: 81.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.26 g; Węglowodany ogółem: 243.98 g; suma cukrów prostych: 47.46 g; Błonnik pokarmowy: 19.96 g;		
<b>środa 2026-06-24</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</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> ), Szyunka tostowa 50g , Marchew parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa marchewkowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</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> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Pasta warzywna 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2003.80 kcal; Białko ogółem: 78.83 g; Tłuszcz: 89.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 237.21 g; suma cukrów prostych: 78.78 g; Błonnik pokarmowy: 19.04 g;		
<b>środa 2026-06-24</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> ), Pieczeń wiedeńska 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Sok warzywny 200g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 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 : 1665.65 kcal; Białko ogółem: 64.33 g; Tłuszcz: 76.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 196.88 g; suma cukrów prostych: 20.94 g; Błonnik pokarmowy: 18.76 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-06-24</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> ), Pieczeń wiedeńska 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka wielowarzynowa 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 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 : 1657.25 kcal; Białko ogółem: 63.85 g; Tłuszcz: 76.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 194.90 g; suma cukrów prostych: 20.87 g; Błonnik pokarmowy: 18.10 g;		
<b>środa 2026-06-24</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> ), Pieczeń wiedeńska 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa marchewkowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</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> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1942.04 kcal; Białko ogółem: 76.15 g; Tłuszcz: 82.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.90 g; Węglowodany ogółem: 241.79 g; suma cukrów prostych: 59.28 g; Błonnik pokarmowy: 20.12 g;		
<b>środa 2026-06-24</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> ), Szynka tostowa 50g , Marchew parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa marchewkowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</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> ), Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Zupa krem z białych warzyw 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2162.40 kcal; Białko ogółem: 80.19 g; Tłuszcz: 86.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 287.74 g; suma cukrów prostych: 85.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g;		
<b>środa 2026-06-24</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pieczeń wiedeńska 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml ,	Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</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> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka tostowa 50g , Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1586.12 kcal; Białko ogółem: 62.08 g; Tłuszcz: 71.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 190.91 g; suma cukrów prostych: 19.46 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g;		
<b>czwartek 2026-06-25</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszce z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet schabowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 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 : 2148.28 kcal; Białko ogółem: 70.05 g; Tłuszcz: 90.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.45 g; Węglowodany ogółem: 284.75 g; suma cukrów prostych: 63.49 g; Błonnik pokarmowy: 23.38 g;		
<b>czwartek 2026-06-25</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, 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>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka konserwowa z kurczaka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pasta warzywna 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2231.91 kcal; Białko ogółem: 89.22 g; Tłuszcz: 82.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.18 g; Węglowodany ogółem: 310.16 g; suma cukrów prostych: 69.23 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-06-25</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>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet schabowy 80g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 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> ), Kalafior parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1749.32 kcal; Białko ogółem: 61.19 g; Tłuszcz: 80.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 216.33 g; suma cukrów prostych: 16.60 g; Błonnik pokarmowy: 22.46 g;		
<b>czwartek 2026-06-25</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>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet schabowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 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> ), Kalafior parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1758.09 kcal; Białko ogółem: 62.94 g; Tłuszcz: 82.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 208.60 g; suma cukrów prostych: 13.58 g; Błonnik pokarmowy: 19.26 g;		
<b>czwartek 2026-06-25</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, 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 (OT) 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet schabowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 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 : 2277.32 kcal; Białko ogółem: 77.43 g; Tłuszcz: 92.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.17 g; Węglowodany ogółem: 312.10 g; suma cukrów prostych: 64.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.09 g;		
<b>czwartek 2026-06-25</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, 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>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g ( <b>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 20g ( <b>BIA</b> ), Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Zupa krem jarzynowy 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2374.67 kcal; Białko ogółem: 90.77 g; Tłuszcz: 79.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.17 g; Węglowodany ogółem: 354.60 g; suma cukrów prostych: 76.64 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g;		
<b>czwartek 2026-06-25</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet schabowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 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 : 1970.22 kcal; Białko ogółem: 62.38 g; Tłuszcz: 83.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 263.39 g; suma cukrów prostych: 42.25 g; Błonnik pokarmowy: 22.57 g;		
<b>piątek 2026-06-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g ( <b>BIA, GLU PSZ</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 kalafiorowa z ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 90g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ryż biały na sytko 150g , 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> ), Szynka konserwowa 50g , Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2001.14 kcal; Białko ogółem: 75.03 g; Tłuszcz: 81.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.40 g; Węglowodany ogółem: 259.91 g; suma cukrów prostych: 67.56 g; Błonnik pokarmowy: 21.18 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-06-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g ( <b>BIA, GLU PSZ</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 brokułowa z ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 90g ( <b>GLU, JAJ, 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> ), Szynka konserwowa 50g , Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2112.75 kcal; Białko ogółem: 79.57 g; Tłuszcz: 88.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 266.78 g; suma cukrów prostych: 72.88 g; Błonnik pokarmowy: 18.75 g;		
<b>piątek 2026-06-26</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> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Jabłka świeże 70g , Herbata 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 90g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Surówka z kapusty kiszzonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka konserwowa 50g , Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1854.08 kcal; Białko ogółem: 68.74 g; Tłuszcz: 85.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.19 g; Węglowodany ogółem: 219.95 g; suma cukrów prostych: 49.96 g; Błonnik pokarmowy: 19.59 g;		
<b>piątek 2026-06-26</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 kalafiorowa z ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 90g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ryż biały na sypko 150g , 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> ), Szynka konserwowa 50g , Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1800.08 kcal; Białko ogółem: 64.87 g; Tłuszcz: 83.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 214.37 g; suma cukrów prostych: 44.36 g; Błonnik pokarmowy: 19.59 g;		
<b>piątek 2026-06-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g ( <b>BIA, GLU PSZ</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 kalafiorowa z ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 90g ( <b>GLU, JAJ, 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> ), Szynka konserwowa 50g , Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2021.57 kcal; Białko ogółem: 76.44 g; Tłuszcz: 83.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 262.82 g; suma cukrów prostych: 69.30 g; Błonnik pokarmowy: 23.63 g;		
<b>piątek 2026-06-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g ( <b>BIA, GLU PSZ</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 brokułowa z ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 90g ( <b>GLU, JAJ, 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> ), Zupa krem z marchewki wzmocniona 350g ( <b>JAJ, BIA, SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2169.72 kcal; Białko ogółem: 84.33 g; Tłuszcz: 93.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.40 g; Węglowodany ogółem: 268.31 g; suma cukrów prostych: 108.85 g; Błonnik pokarmowy: 24.22 g;		
<b>piątek 2026-06-26</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka tostowa 50g , Jabłko pieczone 70g , Herbata 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 90g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ryż biały na sypko 150g , 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> ), Szynka konserwowa 50g , Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1698.96 kcal; Białko ogółem: 61.95 g; Tłuszcz: 73.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 214.91 g; suma cukrów prostych: 44.66 g; Błonnik pokarmowy: 20.32 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-06-27</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z ryżem 350g ( <b>BIA</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 , Kakao 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Sos Bolognese 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany spaghetti 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> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Bukiet warzyw parowanych 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2117.69 kcal; Białko ogółem: 78.70 g; Tłuszcz: 90.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 264.50 g; suma cukrów prostych: 46.59 g; Błonnik pokarmowy: 19.52 g;		
<b>sobota 2026-06-27</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z ryżem 350g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka tostowa 50g , Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kakao 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Sos mięsny z jarzynami 200g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany spaghetti 150g , Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Pasta z pietruszki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2029.20 kcal; Białko ogółem: 74.71 g; Tłuszcz: 81.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 267.34 g; suma cukrów prostych: 51.37 g; Błonnik pokarmowy: 19.23 g;		
<b>sobota 2026-06-27</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> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Sos Bolognese 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany spaghetti 150g , Surówka z kapusty białej z zieleciną 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczerek:</b> Kefir naturalny 200g 1szt ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Bukiet warzyw parowanych 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1854.14 kcal; Białko ogółem: 68.63 g; Tłuszcz: 87.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.10 g; Węglowodany ogółem: 216.66 g; suma cukrów prostych: 13.55 g; Błonnik pokarmowy: 19.42 g;		
<b>sobota 2026-06-27</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> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Sos Bolognese 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany spaghetti 150g , Surówka z kapusty białej z zieleciną 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Bukiet warzyw parowanych 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1812.83 kcal; Białko ogółem: 65.87 g; Tłuszcz: 85.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 212.85 g; suma cukrów prostych: 13.55 g; Błonnik pokarmowy: 19.42 g;		
<b>sobota 2026-06-27</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z ryżem 350g ( <b>BIA</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 , Kakao 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Sos mięsny z jarzynami 200g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany spaghetti 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> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Bukiet warzyw parowanych 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2108.05 kcal; Białko ogółem: 72.92 g; Tłuszcz: 93.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 261.06 g; suma cukrów prostych: 46.15 g; Błonnik pokarmowy: 18.98 g;		
<b>sobota 2026-06-27</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA</b>		
Zupa mleczna z ryżem 350g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka tostowa 50g , Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kakao 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Sos mięsny z jarzynami 200g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany spaghetti 150g , 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 białych warzyw 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2222.29 kcal; Białko ogółem: 75.61 g; Tłuszcz: 82.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.09 g; Węglowodany ogółem: 316.81 g; suma cukrów prostych: 57.07 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-06-28</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> ), Szyntka tostowa 50g , Brokuł parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Kotlet drobiowy panierowany 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</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 20g ( <b>BIA</b> ), Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Zupa krem z białych warzyw 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2090.75 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 63.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 371.08 g; suma cukrów prostych: 100.10 g; Błonnik pokarmowy: 23.78 g;		
<b>niedziela 2026-06-28</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Brokuł parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Kotlet drobiowy panierowany 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> ), Mix do smarowania 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 : 1694.13 kcal; Białko ogółem: 78.33 g; Tłuszcz: 69.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 206.25 g; suma cukrów prostych: 19.74 g; Błonnik pokarmowy: 18.04 g;		
<b>poniedziałek 2026-06-29</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g ( <b>BIA, GLU JĘCZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet z blachy drobiowy 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Placki ziemniaczane (gotowe) 250g , Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Surówka z marchewki 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2097.16 kcal; Białko ogółem: 64.45 g; Tłuszcz: 103.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.60 g; Węglowodany ogółem: 246.71 g; suma cukrów prostych: 49.45 g; Błonnik pokarmowy: 20.69 g;		
<b>poniedziałek 2026-06-29</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g ( <b>BIA, GLU JĘCZ</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> ),	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Placki ziemniaczane (gotowe) 250g , Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Marchew parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pasta z selera 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2128.23 kcal; Białko ogółem: 67.65 g; Tłuszcz: 105.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 246.99 g; suma cukrów prostych: 92.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.70 g;		
<b>poniedziałek 2026-06-29</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> ), Pasztet z blachy drobiowy 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Placki ziemniaczane (gotowe) 250g , Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Surówka z marchewki 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Maślanka naturalna 200ml ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1879.24 kcal; Białko ogółem: 56.07 g; Tłuszcz: 89.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.83 g; Węglowodany ogółem: 232.30 g; suma cukrów prostych: 33.54 g; Błonnik pokarmowy: 20.69 g;		
<b>poniedziałek 2026-06-29</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> ), Pasztet z blachy drobiowy 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Placki ziemniaczane (gotowe) 250g , Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Surówka z marchewki 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1812.64 kcal; Białko ogółem: 49.95 g; Tłuszcz: 88.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 223.84 g; suma cukrów prostych: 24.14 g; Błonnik pokarmowy: 20.69 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-06-29</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g ( <b>BIA, GLU JĘCZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowy 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Placki ziemniaczane (gotowe) 250g , Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Surówka z marchewki 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2097.16 kcal; Białko ogółem: 64.45 g; Tłuszcz: 103.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.60 g; Węglowodany ogółem: 246.71 g; suma cukrów prostych: 49.45 g; Błonnik pokarmowy: 20.69 g;		
<b>poniedziałek 2026-06-29</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g ( <b>BIA, GLU JĘCZ</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> ),	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Placki ziemniaczane (gotowe) 250g , Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Marchew parowana 100g ( <b>SEL</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 warzywna wzmocniona 400g ( <b>JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2353.48 kcal; Białko ogółem: 77.07 g; Tłuszcz: 121.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.75 g; Węglowodany ogółem: 262.60 g; suma cukrów prostych: 100.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g;		
<b>poniedziałek 2026-06-29</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowy 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Placki ziemniaczane (gotowe) 250g , Surówka z marchewki 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1751.35 kcal; Białko ogółem: 46.08 g; Tłuszcz: 87.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 216.46 g; suma cukrów prostych: 16.54 g; Błonnik pokarmowy: 20.69 g;		
<b>wtorek 2026-06-30</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 zieleńią 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Rzodkiew biała 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>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> ), 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> ), Szynka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1941.79 kcal; Białko ogółem: 74.84 g; Tłuszcz: 87.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 236.25 g; suma cukrów prostych: 52.41 g; Błonnik pokarmowy: 23.73 g;		
<b>wtorek 2026-06-30</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 dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>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> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka tyrolska 50g , Pasta z pietruszki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1979.79 kcal; Białko ogółem: 75.64 g; Tłuszcz: 87.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.13 g; Węglowodany ogółem: 244.44 g; suma cukrów prostych: 57.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.83 g;		
<b>wtorek 2026-06-30</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 zieleńią 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Rzodkiew biała 50g , Herbata 200ml ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>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> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczerek:</b> Surówka z marchewki 100g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1692.33 kcal; Białko ogółem: 60.98 g; Tłuszcz: 80.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.92 g; Węglowodany ogółem: 203.46 g; suma cukrów prostych: 30.32 g; Błonnik pokarmowy: 24.80 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-06-30</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> ), Rzodkiew biała 50g , Herbata 200ml ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>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> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1663.54 kcal; Białko ogółem: 60.07 g; Tłuszcz: 80.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 194.51 g; suma cukrów prostych: 27.27 g; Błonnik pokarmowy: 21.52 g;		
<b>wtorek 2026-06-30</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> ), Rzodkiew biała 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>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> ), 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> ), Szyunka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1941.79 kcal; Białko ogółem: 74.84 g; Tłuszcz: 87.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 236.25 g; suma cukrów prostych: 52.41 g; Błonnik pokarmowy: 23.73 g;		
<b>wtorek 2026-06-30</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</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>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> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</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 warzywna wzmocniona 400g ( <b>JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2210.54 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 103.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.90 g; Węglowodany ogółem: 258.73 g; suma cukrów prostych: 64.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g;		
<b>wtorek 2026-06-30</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>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> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1621.45 kcal; Białko ogółem: 61.54 g; Tłuszcz: 76.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 193.17 g; suma cukrów prostych: 27.78 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g;		