

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-01		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż z jabłkami 250g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka bartenia drobiowa 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Bukiet warzyw parowanych 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1625.60 kcal; Białko ogółem: 45.34 g; Tłuszcz: 63.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 233.28 g; suma cukrów prostych: 17.47 g; Błonnik pokarmowy: 16.06 g;		
niedziela 2026-08-02		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki kiszzone 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Rosół z makaronem i zieleciną 400g (GLU, JAJ, SEL), Kotlet schabowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Salátka z buraczków 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 : 2158.28 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz: 96.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 253.13 g; suma cukrów prostych: 46.67 g; Błonnik pokarmowy: 18.10 g;		
niedziela 2026-08-02		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna weka 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 zieleciną 400g (GLU, JAJ, SEL), Kotlet wieprzowy parowany 90g (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z selera 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2055.85 kcal; Białko ogółem: 91.88 g; Tłuszcz: 82.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.22 g; Węglowodany ogółem: 253.25 g; suma cukrów prostych: 39.79 g; Błonnik pokarmowy: 18.75 g;		
niedziela 2026-08-02		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z ryżem 350g (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 zieleciną 400g (GLU, JAJ, SEL), Kotlet schabowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Salátka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: 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 : 2124.80 kcal; Białko ogółem: 83.71 g; Tłuszcz: 94.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.74 g; Węglowodany ogółem: 251.95 g; suma cukrów prostych: 43.26 g; Błonnik pokarmowy: 18.76 g;		
niedziela 2026-08-02		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z ryżem 350g (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 zieleciną 400g (GLU, JAJ, SEL), Kotlet schabowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Salátka z buraczków 100g (SEL), 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 : 2116.40 kcal; Białko ogółem: 83.23 g; Tłuszcz: 94.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 249.97 g; suma cukrów prostych: 43.20 g; Błonnik pokarmowy: 18.10 g;		
niedziela 2026-08-02		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki zielone 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Rosół z makaronem i zieleciną 400g (GLU, JAJ, SEL), Kotlet schabowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna 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 : 2092.13 kcal; Białko ogółem: 85.26 g; Tłuszcz: 92.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.71 g; Węglowodany ogółem: 248.35 g; suma cukrów prostych: 37.83 g; Błonnik pokarmowy: 19.74 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-02		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna weka 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 schabowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Zupa krem z białych warzyw 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2205.81 kcal; Białko ogółem: 86.47 g; Tłuszcz: 82.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 300.06 g; suma cukrów prostych: 43.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.71 g;		
niedziela 2026-08-02		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Polędwica drobiowa z majerankiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Kotlet schabowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna 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 : 1856.00 kcal; Białko ogółem: 83.33 g; Tłuszcz: 88.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 201.57 g; suma cukrów prostych: 13.12 g; Błonnik pokarmowy: 20.08 g;		
poniedziałek 2026-08-03		
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 drobiowej 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Sos grecki 100g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Polędwica Ani 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1845.86 kcal; Białko ogółem: 73.41 g; Tłuszcz: 70.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.74 g; Węglowodany ogółem: 248.55 g; suma cukrów prostych: 38.13 g; Błonnik pokarmowy: 20.28 g;		
poniedziałek 2026-08-03		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Dynia parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (SEL, GLU PSZ), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Polędwica Ani 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pietruszki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1981.47 kcal; Białko ogółem: 81.29 g; Tłuszcz: 81.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 250.19 g; suma cukrów prostych: 44.22 g; Błonnik pokarmowy: 20.66 g;		
poniedziałek 2026-08-03		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Sos grecki 100g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Maślanka naturalna 200ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Polędwica Ani 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1579.62 kcal; Białko ogółem: 65.71 g; Tłuszcz: 60.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 210.72 g; suma cukrów prostych: 22.13 g; Błonnik pokarmowy: 17.92 g;		
poniedziałek 2026-08-03		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Sos grecki 100g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Polędwica Ani 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1513.02 kcal; Białko ogółem: 59.59 g; Tłuszcz: 59.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 202.26 g; suma cukrów prostych: 12.73 g; Błonnik pokarmowy: 17.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-03 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Polędwica Ani 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1840.01 kcal; Białko ogółem: 72.98 g; Tłuszcz: 70.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 248.99 g; suma cukrów prostych: 39.06 g; Błonnik pokarmowy: 21.45 g;		
poniedziałek 2026-08-03 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Dynia parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (SEL, GLU PSZ), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Zupa krem warzywna wzmocniona 400g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2188.82 kcal; Białko ogółem: 86.37 g; Tłuszcz: 100.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.44 g; Węglowodany ogółem: 258.95 g; suma cukrów prostych: 45.73 g; Błonnik pokarmowy: 24.48 g;		
poniedziałek 2026-08-03 Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Polędwica Ani 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1507.17 kcal; Białko ogółem: 59.17 g; Tłuszcz: 58.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 202.70 g; suma cukrów prostych: 13.65 g; Błonnik pokarmowy: 19.09 g;		
wtorek 2026-08-04 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1974.96 kcal; Białko ogółem: 72.22 g; Tłuszcz: 85.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 247.86 g; suma cukrów prostych: 39.99 g; Błonnik pokarmowy: 20.06 g;		
wtorek 2026-08-04 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Ser fromage 50g (BIA), Seler parowany 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka tyrolska 50g , Pasta warzywna 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2176.05 kcal; Białko ogółem: 79.99 g; Tłuszcz: 92.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.10 g; Węglowodany ogółem: 282.71 g; suma cukrów prostych: 44.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;		
wtorek 2026-08-04 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Surówka z marchewki 100g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1748.94 kcal; Białko ogółem: 59.64 g; Tłuszcz: 85.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 207.15 g; suma cukrów prostych: 16.34 g; Błonnik pokarmowy: 21.72 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-04 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1720.15 kcal; Białko ogółem: 58.73 g; Tłuszcz: 84.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.39 g; Węglowodany ogółem: 198.21 g; suma cukrów prostych: 13.29 g; Błonnik pokarmowy: 18.44 g;		
wtorek 2026-08-04 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2009.41 kcal; Białko ogółem: 74.67 g; Tłuszcz: 84.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.53 g; Węglowodany ogółem: 255.87 g; suma cukrów prostych: 38.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.99 g;		
wtorek 2026-08-04 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Ser fromage 50g (BIA), Seler parowany 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Zupa krem warzywna wzmocniona 400g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2223.71 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 99.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 273.13 g; suma cukrów prostych: 44.47 g; Błonnik pokarmowy: 25.50 g;		
wtorek 2026-08-04 Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Seler parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1640.81 kcal; Białko ogółem: 59.99 g; Tłuszcz: 76.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 197.80 g; suma cukrów prostych: 13.91 g; Błonnik pokarmowy: 19.71 g;		
środa 2026-08-05 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pieczeń wiedeńska 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa marchewkowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Pierogi mięsem 200g , Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1336.08 kcal; Białko ogółem: 43.07 g; Tłuszcz: 58.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 172.24 g; suma cukrów prostych: 46.31 g; Błonnik pokarmowy: 15.00 g;		
środa 2026-08-05 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka tostowa 50g , Dynia parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa marchewkowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Pierogi mięsem 200g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Pasta z pietruszki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1307.19 kcal; Białko ogółem: 45.43 g; Tłuszcz: 52.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.19 g; Węglowodany ogółem: 178.21 g; suma cukrów prostych: 50.53 g; Błonnik pokarmowy: 16.11 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-05 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pieczeń wiedeńska 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa marchewkowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Pierogi mięsem 200g , Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1166.43 kcal; Białko ogółem: 35.88 g; Tłuszcz: 51.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.31 g; Węglowodany ogółem: 152.86 g; suma cukrów prostych: 25.13 g; Błonnik pokarmowy: 14.85 g;		
środa 2026-08-05 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pieczeń wiedeńska 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa marchewkowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Pierogi mięsem 200g , Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1158.03 kcal; Białko ogółem: 35.40 g; Tłuszcz: 51.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 150.88 g; suma cukrów prostych: 25.07 g; Błonnik pokarmowy: 14.19 g;		
środa 2026-08-05 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pieczeń wiedeńska 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa marchewkowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Pierogi mięsem 200g , Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1336.08 kcal; Białko ogółem: 43.07 g; Tłuszcz: 58.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 172.24 g; suma cukrów prostych: 46.31 g; Błonnik pokarmowy: 15.00 g;		
środa 2026-08-05 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka tostowa 50g , Dynia parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa marchewkowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Pierogi mięsem 200g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 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 : 1500.28 kcal; Białko ogółem: 46.33 g; Tłuszcz: 53.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 227.69 g; suma cukrów prostych: 56.23 g; Błonnik pokarmowy: 21.23 g;		
środa 2026-08-05 Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pieczeń wiedeńska 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 250ml ,	Zupa marchewkowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Pierogi mięsem 200g , Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka tostowa 50g , Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1131.61 kcal; Białko ogółem: 32.34 g; Tłuszcz: 50.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 149.56 g; suma cukrów prostych: 23.89 g; Błonnik pokarmowy: 14.12 g;		
czwartek 2026-08-06 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), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Filet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2181.71 kcal; Białko ogółem: 74.99 g; Tłuszcz: 79.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 314.78 g; suma cukrów prostych: 66.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-06 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Filet drobiowy na parze 90g (SEL), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z selera 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2019.33 kcal; Białko ogółem: 75.52 g; Tłuszcz: 65.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 306.36 g; suma cukrów prostych: 117.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.53 g;		
czwartek 2026-08-06 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Filet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczerek: Surówka wielowarzywna 100g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1732.75 kcal; Białko ogółem: 62.86 g; Tłuszcz: 77.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 217.77 g; suma cukrów prostych: 12.92 g; Błonnik pokarmowy: 22.25 g;		
czwartek 2026-08-06 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Filet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1662.12 kcal; Białko ogółem: 61.40 g; Tłuszcz: 72.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 209.99 g; suma cukrów prostych: 12.19 g; Błonnik pokarmowy: 19.97 g;		
czwartek 2026-08-06 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Filet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2181.71 kcal; Białko ogółem: 74.99 g; Tłuszcz: 79.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 314.78 g; suma cukrów prostych: 66.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;		
czwartek 2026-08-06 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Filet drobiowy na parze 90g (SEL), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA), Zupa krem jarzynowy 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2160.48 kcal; Białko ogółem: 77.07 g; Tłuszcz: 61.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 351.02 g; suma cukrów prostych: 125.16 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g;		
czwartek 2026-08-06 Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Herbata 200ml ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Filet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1848.87 kcal; Białko ogółem: 61.18 g; Tłuszcz: 68.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 268.49 g; suma cukrów prostych: 41.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-07		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
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), Pulpet rybny z łososia 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1894.97 kcal; Białko ogółem: 75.45 g; Tłuszcz: 75.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 247.98 g; suma cukrów prostych: 68.05 g; Błonnik pokarmowy: 21.95 g;		
piątek 2026-08-07		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Jabłko pieczone 70g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa koperkowa z ryżem 400g (SEL), Pulpet rybny z łososia 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2014.25 kcal; Białko ogółem: 79.70 g; Tłuszcz: 82.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 254.38 g; suma cukrów prostych: 73.32 g; Błonnik pokarmowy: 19.25 g;		
piątek 2026-08-07		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Jabłka świeże 70g , Herbata 200ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (SEL), Pulpet rybny z łososia 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczerek: Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1733.20 kcal; Białko ogółem: 68.65 g; Tłuszcz: 79.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 204.32 g; suma cukrów prostych: 49.94 g; Błonnik pokarmowy: 19.57 g;		
piątek 2026-08-07		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Jabłka świeże 70g , Herbata 200ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (SEL), Pulpet rybny z łososia 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1679.20 kcal; Białko ogółem: 64.78 g; Tłuszcz: 77.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.01 g; Węglowodany ogółem: 198.74 g; suma cukrów prostych: 44.34 g; Błonnik pokarmowy: 19.57 g;		
piątek 2026-08-07		
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), Pulpet rybny z łososia 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1894.97 kcal; Białko ogółem: 75.45 g; Tłuszcz: 75.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 247.98 g; suma cukrów prostych: 68.05 g; Błonnik pokarmowy: 21.95 g;		
piątek 2026-08-07		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Jabłko pieczone 70g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa koperkowa z ryżem 400g (SEL), Pulpet rybny z łososia 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 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 : 2254.20 kcal; Białko ogółem: 92.33 g; Tłuszcz: 100.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.06 g; Węglowodany ogółem: 266.26 g; suma cukrów prostych: 127.74 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-07 Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Jabłko pieczone 70g , Herbata 200ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (SEL), Pulpet rybny z łososia 90g (GLU, JAJ, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1592.83 kcal; Białko ogółem: 63.92 g; Tłuszcz: 68.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 200.28 g; suma cukrów prostych: 44.65 g; Błonnik pokarmowy: 21.02 g;		
sobota 2026-08-08 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ogórki zielone 50g , Kakao 200ml (BIA),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SEL, GLU PSZ), Gulasz drobiowy na mleku kokosowym 200g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Bukiet warzyw parowanych 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1942.36 kcal; Białko ogółem: 73.21 g; Tłuszcz: 88.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.84 g; Węglowodany ogółem: 230.15 g; suma cukrów prostych: 45.04 g; Błonnik pokarmowy: 16.84 g;		
sobota 2026-08-08 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka tostowa 50g , Seler parowany 50g (SEL), Kakao 200ml (BIA),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SEL, GLU PSZ), Gulasz drobiowy na mleku kokosowym 200g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Pasta z pietruszki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1863.51 kcal; Białko ogółem: 75.00 g; Tłuszcz: 75.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.34 g; Węglowodany ogółem: 236.43 g; suma cukrów prostych: 50.26 g; Błonnik pokarmowy: 17.09 g;		
sobota 2026-08-08 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SEL, GLU PSZ), Gulasz drobiowy na mleku kokosowym 200g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Surówka wielowarzywna 100g (SEL), 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 : 1693.80 kcal; Białko ogółem: 58.87 g; Tłuszcz: 77.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 204.56 g; suma cukrów prostych: 11.89 g; Błonnik pokarmowy: 16.23 g;		
sobota 2026-08-08 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SEL, GLU PSZ), Gulasz drobiowy na mleku kokosowym 200g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Bukiet warzyw parowanych 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1652.49 kcal; Białko ogółem: 56.12 g; Tłuszcz: 76.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 200.75 g; suma cukrów prostych: 11.89 g; Błonnik pokarmowy: 16.23 g;		
sobota 2026-08-08 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ogórki zielone 50g , Kakao 200ml (BIA),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SEL, GLU PSZ), Gulasz drobiowy na mleku kokosowym 200g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Bukiet warzyw parowanych 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1942.36 kcal; Białko ogółem: 73.21 g; Tłuszcz: 88.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.84 g; Węglowodany ogółem: 230.15 g; suma cukrów prostych: 45.04 g; Błonnik pokarmowy: 16.84 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-08		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka tostowa 50g , Seler parowany 50g (SEL), Kakao 200ml (BIA),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SEL, GLU PSZ), Gulasz drobiowy na mleku kokosowym 200g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Zupa krem z białych warzyw 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2056.60 kcal; Białko ogółem: 75.90 g; Tłuszcz: 76.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 285.90 g; suma cukrów prostych: 55.96 g; Błonnik pokarmowy: 22.21 g;		
sobota 2026-08-08		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SEL, GLU PSZ), Gulasz drobiowy na mleku kokosowym 200g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka tostowa 50g , Bukiet warzyw parowanych 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1585.86 kcal; Białko ogółem: 54.88 g; Tłuszcz: 71.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 197.60 g; suma cukrów prostych: 10.46 g; Błonnik pokarmowy: 16.65 g;		
niedziela 2026-08-09		
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), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki kiszane 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Podudzie z kurczaka pieczone 2szt. 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna 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 : 2197.64 kcal; Białko ogółem: 106.87 g; Tłuszcz: 97.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 241.03 g; suma cukrów prostych: 41.51 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g;		
niedziela 2026-08-09		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka tostowa 50g , Brokuł parowany 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Podudzie z kurczaka parowane 2szt. 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka tostowa 50g , Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2147.34 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz: 90.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 243.60 g; suma cukrów prostych: 64.58 g; Błonnik pokarmowy: 19.77 g;		
niedziela 2026-08-09		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki kiszane 50g , Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Podudzie z kurczaka pieczone 2szt. 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: 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 : 2212.04 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 100.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.92 g; Węglowodany ogółem: 240.26 g; suma cukrów prostych: 35.87 g; Błonnik pokarmowy: 19.50 g;		
niedziela 2026-08-09		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki kiszane 50g , Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Podudzie z kurczaka pieczone 2szt. 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (SEL), 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 : 2203.64 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 100.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.89 g; Węglowodany ogółem: 238.28 g; suma cukrów prostych: 35.80 g; Błonnik pokarmowy: 18.84 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-09		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki zielone 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Rosół z makaronem i zieleciną 400g (GLU, JAJ, SEL), Podudzie z kurczaka pieczone 2szt. 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna 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 : 2192.69 kcal; Białko ogółem: 107.05 g; Tłuszcz: 97.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 239.82 g; suma cukrów prostych: 39.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.01 g;		
niedziela 2026-08-09		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynta tostowa 50g , Brokuł parowany 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Rosół z makaronem i zieleciną 400g (GLU, JAJ, SEL), Podudzie z kurczaka parowane 2szt. 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA), Zupa krem z marchewki wzmocniona 400g (JAJ, BIA, SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2396.75 kcal; Białko ogółem: 120.94 g; Tłuszcz: 109.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.55 g; Węglowodany ogółem: 254.85 g; suma cukrów prostych: 118.50 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g;		
niedziela 2026-08-09		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Brokuł parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleciną 400g (GLU, JAJ, SEL), Podudzie z kurczaka pieczone 2szt. 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Surówka z kapusty białej z zieleciną 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Salceson 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew tarta 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1913.79 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 93.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.90 g; Węglowodany ogółem: 190.18 g; suma cukrów prostych: 10.53 g; Błonnik pokarmowy: 18.32 g;		
poniedziałek 2026-08-10		
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),	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Ziemniaki puree 150g , Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Polędwica Ani 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2097.27 kcal; Białko ogółem: 79.18 g; Tłuszcz: 92.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.97 g; Węglowodany ogółem: 257.70 g; suma cukrów prostych: 46.13 g; Błonnik pokarmowy: 21.26 g;		
poniedziałek 2026-08-10		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Dynia parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Polędwica Ani 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z selera 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2070.00 kcal; Białko ogółem: 79.24 g; Tłuszcz: 89.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.59 g; Węglowodany ogółem: 258.35 g; suma cukrów prostych: 43.08 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g;		
poniedziałek 2026-08-10		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Ziemniaki puree 150g , Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Maślanka naturalna 200ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Polędwica Ani 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1831.04 kcal; Białko ogółem: 71.49 g; Tłuszcz: 81.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.00 g; Węglowodany ogółem: 219.87 g; suma cukrów prostych: 30.12 g; Błonnik pokarmowy: 18.90 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-10 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Ziemniaki puree 150g , Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Połędwica Ani 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1764.44 kcal; Białko ogółem: 65.37 g; Tłuszcz: 81.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.38 g; Węglowodany ogółem: 211.41 g; suma cukrów prostych: 20.72 g; Błonnik pokarmowy: 18.90 g;		
poniedziałek 2026-08-10 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica Ani 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2036.06 kcal; Białko ogółem: 78.58 g; Tłuszcz: 87.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.67 g; Węglowodany ogółem: 254.13 g; suma cukrów prostych: 39.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.77 g;		
poniedziałek 2026-08-10 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Dynia parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Ziemniaki puree 150g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA), Zupa krem jarzynowy 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2192.25 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 84.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 302.60 g; suma cukrów prostych: 50.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.07 g;		
poniedziałek 2026-08-10 Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Ziemniaki puree 150g , Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica Ani 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1764.44 kcal; Białko ogółem: 65.37 g; Tłuszcz: 81.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.38 g; Węglowodany ogółem: 211.41 g; suma cukrów prostych: 20.72 g; Błonnik pokarmowy: 18.90 g;		