

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-11 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), Pasta jajeczna z zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos Bolognese 200g (SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany spaghetti 150g , 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 : 2047.85 kcal; Białko ogółem: 83.85 g; Tłuszcz: 98.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.75 g; Węglowodany ogółem: 224.62 g; suma cukrów prostych: 38.31 g; Błonnik pokarmowy: 18.98 g;		
wtorek 2026-08-11 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), Twarożek 50g (BIA), Seler parowany 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos mięsny z jarzynami 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany spaghetti 150g , Brokuł parowany 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 pietruszki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1964.09 kcal; Białko ogółem: 79.25 g; Tłuszcz: 89.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.70 g; Węglowodany ogółem: 227.95 g; suma cukrów prostych: 43.34 g; Błonnik pokarmowy: 18.20 g;		
wtorek 2026-08-11 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 50g (SEL), Herbata 200ml ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos Bolognese 200g (SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany spaghetti 150g , Surówka wielowarzywna 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 : 1825.38 kcal; Białko ogółem: 68.04 g; Tłuszcz: 87.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 212.42 g; suma cukrów prostych: 16.18 g; Błonnik pokarmowy: 21.76 g;		
wtorek 2026-08-11 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 50g (SEL), Herbata 200ml ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos Bolognese 200g (SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany spaghetti 150g , Surówka wielowarzywna 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 : 1796.59 kcal; Białko ogółem: 67.12 g; Tłuszcz: 87.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 203.47 g; suma cukrów prostych: 13.14 g; Błonnik pokarmowy: 18.49 g;		
wtorek 2026-08-11 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), Pasta jajeczna z zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos Bolognese 200g (SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany spaghetti 150g , 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 : 2047.85 kcal; Białko ogółem: 83.85 g; Tłuszcz: 98.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.75 g; Węglowodany ogółem: 224.62 g; suma cukrów prostych: 38.31 g; Błonnik pokarmowy: 18.98 g;		
wtorek 2026-08-11 Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), 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),	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos mięsny z jarzynami 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany spaghetti 150g , 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 : 2224.75 kcal; Białko ogółem: 85.10 g; Tłuszcz: 114.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 54.30 g; Węglowodany ogółem: 236.24 g; suma cukrów prostych: 43.42 g; Błonnik pokarmowy: 21.95 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-11		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Seler parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos Bolognese 200g (SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany spaghetti 150g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1731.14 kcal; Białko ogółem: 68.71 g; Tłuszcz: 80.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 201.21 g; suma cukrów prostych: 13.17 g; Błonnik pokarmowy: 19.44 g;		
środa 2026-08-12		
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), Pieczeń wiedeńska 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z soczewicą 200g (GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka z kapusty białej 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 : 1828.91 kcal; Białko ogółem: 61.53 g; Tłuszcz: 59.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 283.09 g; suma cukrów prostych: 42.69 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g;		
środa 2026-08-12		
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 prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dynia parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z soczewicą 200g (GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Pasta warzywna 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1856.20 kcal; Białko ogółem: 65.33 g; Tłuszcz: 62.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 280.02 g; suma cukrów prostych: 93.47 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g;		
środa 2026-08-12		
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 szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z soczewicą 200g (GLU PSZ), 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), Twarożek 50g (BIA), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1500.99 kcal; Białko ogółem: 49.54 g; Tłuszcz: 49.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 233.32 g; suma cukrów prostych: 15.93 g; Błonnik pokarmowy: 22.16 g;		
środa 2026-08-12		
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 szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z soczewicą 200g (GLU PSZ), 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), Twarożek 50g (BIA), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1492.59 kcal; Białko ogółem: 49.06 g; Tłuszcz: 49.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 231.34 g; suma cukrów prostych: 15.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.50 g;		
środa 2026-08-12		
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), Pieczeń wiedeńska 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z soczewicą 200g (GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka z kapusty białej 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 : 1828.91 kcal; Białko ogółem: 61.53 g; Tłuszcz: 59.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 283.09 g; suma cukrów prostych: 42.69 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-12 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szyńka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dynia parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z soczewicą 200g (GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Marchew 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 : 2014.80 kcal; Białko ogółem: 66.69 g; Tłuszcz: 58.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 330.55 g; suma cukrów prostych: 100.43 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g;		
środa 2026-08-12 Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pieczeń wiedeńska 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z soczewicą 200g (GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasta warzywna 50g (SEL), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1428.38 kcal; Białko ogółem: 42.36 g; Tłuszcz: 47.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 230.22 g; suma cukrów prostych: 65.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.15 g;		
czwartek 2026-08-13 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), 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 z fasolką szparagową 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Włoszczyzna parowana 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 : 2312.95 kcal; Białko ogółem: 75.83 g; Tłuszcz: 95.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.06 g; Węglowodany ogółem: 312.73 g; suma cukrów prostych: 67.51 g; Błonnik pokarmowy: 26.36 g;		
czwartek 2026-08-13 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), 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 jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z selera 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2422.40 kcal; Białko ogółem: 80.89 g; Tłuszcz: 96.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.69 g; Węglowodany ogółem: 336.44 g; suma cukrów prostych: 72.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.78 g;		
czwartek 2026-08-13 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 z fasolką szparagową 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Surówka z marchewki 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 : 1914.15 kcal; Białko ogółem: 65.66 g; Tłuszcz: 99.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 212.99 g; suma cukrów prostych: 14.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.52 g;		
czwartek 2026-08-13 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 z fasolką szparagową 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ),	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 : 1885.37 kcal; Białko ogółem: 64.74 g; Tłuszcz: 99.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 204.05 g; suma cukrów prostych: 11.06 g; Błonnik pokarmowy: 20.24 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-13 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), 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 z fasolką szparagową 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ),	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 : 2312.95 kcal; Białko ogółem: 75.83 g; Tłuszcz: 95.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.06 g; Węglowodany ogółem: 312.73 g; suma cukrów prostych: 67.51 g; Błonnik pokarmowy: 26.36 g;		
czwartek 2026-08-13 Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), 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 jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ),	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 : 2563.55 kcal; Białko ogółem: 82.44 g; Tłuszcz: 92.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.64 g; Węglowodany ogółem: 381.09 g; suma cukrów prostych: 79.91 g; Błonnik pokarmowy: 34.63 g;		
czwartek 2026-08-13 Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Herbata 200ml ,	Zupa z fasolką szparagową 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Włoszczyzna parowana 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 : 1963.29 kcal; Białko ogółem: 63.16 g; Tłuszcz: 85.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.35 g; Węglowodany ogółem: 259.46 g; suma cukrów prostych: 42.26 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g;		
piątek 2026-08-14 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 pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1778.09 kcal; Białko ogółem: 73.35 g; Tłuszcz: 62.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 249.01 g; suma cukrów prostych: 66.27 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g;		
piątek 2026-08-14 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), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2008.43 kcal; Białko ogółem: 84.59 g; Tłuszcz: 82.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.27 g; Węglowodany ogółem: 247.29 g; suma cukrów prostych: 71.12 g; Błonnik pokarmowy: 17.57 g;		
piątek 2026-08-14 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 pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, 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 : 1613.35 kcal; Białko ogółem: 64.81 g; Tłuszcz: 65.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 208.05 g; suma cukrów prostych: 50.40 g; Błonnik pokarmowy: 20.09 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-14 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 pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, 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 : 1559.35 kcal; Białko ogółem: 60.94 g; Tłuszcz: 64.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 202.47 g; suma cukrów prostych: 44.80 g; Błonnik pokarmowy: 20.09 g;		
piątek 2026-08-14 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), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1745.53 kcal; Białko ogółem: 73.17 g; Tłuszcz: 60.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 245.19 g; suma cukrów prostych: 65.90 g; Błonnik pokarmowy: 20.52 g;		
piątek 2026-08-14 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 pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Zupa krem z marchewki wzmocniona 400g (JAJ, BIA, SEL), Herbata 200ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2137.33 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 87.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.57 g; Węglowodany ogółem: 267.28 g; suma cukrów prostych: 125.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;		
piątek 2026-08-14 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 pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1475.96 kcal; Białko ogółem: 61.83 g; Tłuszcz: 54.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 201.31 g; suma cukrów prostych: 42.86 g; Błonnik pokarmowy: 20.17 g;		
sobota 2026-08-15 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ogórki zielone 50g , Kakao 200ml (BIA),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kopytka (gotowe) 200g , Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sałatka z buraczków 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 : 2032.98 kcal; Białko ogółem: 63.87 g; Tłuszcz: 79.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.98 g; Węglowodany ogółem: 286.64 g; suma cukrów prostych: 55.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.63 g;		
sobota 2026-08-15 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), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Seler parowany 50g (SEL), Kakao 200ml (BIA),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kopytka (gotowe) 200g , Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), 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 : 1902.37 kcal; Białko ogółem: 66.86 g; Tłuszcz: 63.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.15 g; Węglowodany ogółem: 288.72 g; suma cukrów prostych: 53.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-15 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 z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kopytka (gotowe) 150g , Sos pieczarkowy 100g (BIA, GLU PSZ), Sałatka z buraczków 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 : 1636.68 kcal; Białko ogółem: 52.24 g; Tłuszcz: 67.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 224.00 g; suma cukrów prostych: 21.90 g; Błonnik pokarmowy: 20.93 g;		
sobota 2026-08-15 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 z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kopytka (gotowe) 200g , Sos pieczarkowy 100g (BIA, GLU PSZ), Sałatka z buraczków 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 : 1661.52 kcal; Białko ogółem: 51.37 g; Tłuszcz: 66.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.00 g; Węglowodany ogółem: 234.63 g; suma cukrów prostych: 22.10 g; Błonnik pokarmowy: 21.65 g;		
sobota 2026-08-15 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ogórki zielone 50g , Kakao 200ml (BIA),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kopytka (gotowe) 200g , Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sałatka z buraczków 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 : 2032.98 kcal; Białko ogółem: 63.87 g; Tłuszcz: 79.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.98 g; Węglowodany ogółem: 286.64 g; suma cukrów prostych: 55.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.63 g;		
sobota 2026-08-15 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Seler parowany 50g (SEL), Kakao 200ml (BIA),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kopytka (gotowe) 200g , Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), 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), Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2165.28 kcal; Białko ogółem: 75.31 g; Tłuszcz: 84.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.03 g; Węglowodany ogółem: 301.42 g; suma cukrów prostych: 59.29 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;		
sobota 2026-08-15 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), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kopytka (gotowe) 200g , Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka bartnika drobiowa 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Bukiet warzyw parowanych 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1583.00 kcal; Białko ogółem: 47.83 g; Tłuszcz: 62.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 226.50 g; suma cukrów prostych: 13.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.58 g;		
niedziela 2026-08-16 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), Udko z kurczaka pieczone 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Mizeria z jogurtem 100g (BIA), 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 : 2165.12 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 97.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 235.57 g; suma cukrów prostych: 39.97 g; Błonnik pokarmowy: 15.19 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-16		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA 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 zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka gotowane 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka bartenia drobiowa 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta warzywna 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2143.70 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 92.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.53 g; Węglowodany ogółem: 239.48 g; suma cukrów prostych: 87.57 g; Błonnik pokarmowy: 20.18 g;		
niedziela 2026-08-16		
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 zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka pieczone 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Mizeria z jogurtem 100g (BIA), 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 : 2131.63 kcal; Białko ogółem: 98.20 g; Tłuszcz: 95.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.07 g; Węglowodany ogółem: 234.39 g; suma cukrów prostych: 36.56 g; Błonnik pokarmowy: 15.85 g;		
niedziela 2026-08-16		
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 zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka pieczone 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Mizeria z jogurtem 100g (BIA), 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 : 2123.23 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 95.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.04 g; Węglowodany ogółem: 232.41 g; suma cukrów prostych: 36.50 g; Błonnik pokarmowy: 15.19 g;		
niedziela 2026-08-16		
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), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka pieczone 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Mizeria z jogurtem 100g (BIA), 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 : 2161.07 kcal; Białko ogółem: 100.44 g; Tłuszcz: 97.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 395.05 g; suma cukrów prostych: 42.77 g; Błonnik pokarmowy: 69.10 g;		
niedziela 2026-08-16		
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), Udko z kurczaka gotowane 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Marchew 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 : 2319.64 kcal; Białko ogółem: 107.03 g; Tłuszcz: 90.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.53 g; Węglowodany ogółem: 292.05 g; suma cukrów prostych: 96.30 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g;		
niedziela 2026-08-16		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Jajko gotowane 1szt (JAJ), Brokuł parowany 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka pieczone 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Salceson 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew tarta 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1879.53 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz: 91.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.37 g; Węglowodany ogółem: 190.44 g; suma cukrów prostych: 63.99 g; Błonnik pokarmowy: 22.25 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-17 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa selerowa z ryżem 400g (BIA, 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 : 1857.98 kcal; Białko ogółem: 74.42 g; Tłuszcz: 72.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 248.00 g; suma cukrów prostych: 38.84 g; Błonnik pokarmowy: 21.70 g;		
poniedziałek 2026-08-17 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 selerowa z ryżem 400g (BIA, 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 : 1993.60 kcal; Białko ogółem: 82.30 g; Tłuszcz: 83.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 249.65 g; suma cukrów prostych: 44.93 g; Błonnik pokarmowy: 22.08 g;		
poniedziałek 2026-08-17 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasztet z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa selerowa z ryżem 400g (BIA, 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 : 1591.75 kcal; Białko ogółem: 66.73 g; Tłuszcz: 61.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.67 g; Węglowodany ogółem: 210.17 g; suma cukrów prostych: 22.84 g; Błonnik pokarmowy: 19.34 g;		
poniedziałek 2026-08-17 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 ,	Zupa selerowa z ryżem 400g (BIA, 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 : 1525.15 kcal; Białko ogółem: 60.61 g; Tłuszcz: 60.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 201.71 g; suma cukrów prostych: 13.44 g; Błonnik pokarmowy: 19.34 g;		
poniedziałek 2026-08-17 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa selerowa z ryżem 400g (BIA, 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 : 1852.13 kcal; Białko ogółem: 74.00 g; Tłuszcz: 71.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 248.45 g; suma cukrów prostych: 39.77 g; Błonnik pokarmowy: 22.87 g;		
poniedziałek 2026-08-17 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 selerowa z ryżem 400g (BIA, 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 : 2200.94 kcal; Białko ogółem: 87.38 g; Tłuszcz: 101.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.34 g; Węglowodany ogółem: 258.40 g; suma cukrów prostych: 46.44 g; Błonnik pokarmowy: 25.90 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-17		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g, Herbata 200ml ,	Zupa selerowa z ryżem 400g (BIA, 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 : 1519.30 kcal; Białko ogółem: 60.19 g; Tłuszcz: 60.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 202.16 g; suma cukrów prostych: 14.37 g; Błonnik pokarmowy: 20.51 g;		
wtorek 2026-08-18		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2121.47 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz: 97.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 258.39 g; suma cukrów prostych: 40.91 g; Błonnik pokarmowy: 22.44 g;		
wtorek 2026-08-18		
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 kalafiorowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka tyrolska 50g , Pasta z pietruszki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2120.56 kcal; Białko ogółem: 78.35 g; Tłuszcz: 93.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.13 g; Węglowodany ogółem: 263.57 g; suma cukrów prostych: 92.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g;		
wtorek 2026-08-18		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 50g (SEL), Herbata 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 100g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1855.78 kcal; Białko ogółem: 63.57 g; Tłuszcz: 92.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 214.42 g; suma cukrów prostych: 14.81 g; Błonnik pokarmowy: 22.90 g;		
wtorek 2026-08-18		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 50g (SEL), Herbata 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1785.15 kcal; Białko ogółem: 62.12 g; Tłuszcz: 87.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.68 g; Węglowodany ogółem: 206.64 g; suma cukrów prostych: 14.09 g; Błonnik pokarmowy: 20.62 g;		
wtorek 2026-08-18		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Szynka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2121.47 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz: 97.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 258.39 g; suma cukrów prostych: 40.91 g; Błonnik pokarmowy: 22.44 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-18		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
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 kalafiorowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), 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 warzywna wzmocniona 400g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2351.31 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 110.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.89 g; Węglowodany ogółem: 277.86 g; suma cukrów prostych: 99.77 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g;		
wtorek 2026-08-18		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Seler parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szyunka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1746.86 kcal; Białko ogółem: 62.05 g; Tłuszcz: 83.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 207.98 g; suma cukrów prostych: 14.54 g; Błonnik pokarmowy: 21.50 g;		
środa 2026-08-19		
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), Pieczeń wiedeńska 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Fasolka szparagowa parowana 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 : 1768.47 kcal; Białko ogółem: 70.56 g; Tłuszcz: 71.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.01 g; Węglowodany ogółem: 229.28 g; suma cukrów prostych: 56.29 g; Błonnik pokarmowy: 21.74 g;		
środa 2026-08-19		
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), Szyunka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marmolada owocowa 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Fasolka szparagowa parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Pasta warzywna 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1936.43 kcal; Białko ogółem: 71.71 g; Tłuszcz: 78.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.86 g; Węglowodany ogółem: 3019.20 g; suma cukrów prostych: 2955.74 g; Błonnik pokarmowy: 54.87 g;		
środa 2026-08-19		
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 dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Fasolka szparagowa parowana 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 : 1485.76 kcal; Białko ogółem: 56.14 g; Tłuszcz: 56.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 208.36 g; suma cukrów prostych: 31.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.40 g;		
środa 2026-08-19		
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 dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Fasolka szparagowa parowana 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 : 1477.36 kcal; Białko ogółem: 55.66 g; Tłuszcz: 56.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 206.38 g; suma cukrów prostych: 30.96 g; Błonnik pokarmowy: 21.74 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-19		
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), Pieczeń wiedeńska 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Fasolka szparagowa parowana 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 : 1768.47 kcal; Białko ogółem: 70.56 g; Tłuszcz: 71.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.01 g; Węglowodany ogółem: 229.28 g; suma cukrów prostych: 56.29 g; Błonnik pokarmowy: 21.74 g;		
środa 2026-08-19		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szyńka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dynia parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Fasolka szparagowa 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 : 1999.28 kcal; Białko ogółem: 73.72 g; Tłuszcz: 75.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 279.94 g; suma cukrów prostych: 64.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.09 g;		
środa 2026-08-19		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pieczeń wiedeńska 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Fasolka szparagowa parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Pasta warzywna 50g (SEL), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1458.07 kcal; Białko ogółem: 46.95 g; Tłuszcz: 58.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 208.48 g; suma cukrów prostych: 30.43 g; Błonnik pokarmowy: 23.53 g;		
czwartek 2026-08-20		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (GLU, BIA), 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),	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kotlet schabowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka wielowarzywna 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 : 2077.50 kcal; Białko ogółem: 70.32 g; Tłuszcz: 84.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 279.73 g; suma cukrów prostych: 60.69 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g;		
czwartek 2026-08-20		
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), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kotlet wieprzowy parowany 90g (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki puree 150g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Szyńka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z selera 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2032.88 kcal; Białko ogółem: 76.70 g; Tłuszcz: 74.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 283.01 g; suma cukrów prostych: 63.16 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-20 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 ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kotlet schabowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 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 : 1781.73 kcal; Białko ogółem: 64.63 g; Tłuszcz: 85.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 207.54 g; suma cukrów prostych: 11.47 g; Błonnik pokarmowy: 20.60 g;		
czwartek 2026-08-20 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 ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kotlet schabowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka wielowarzywna 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 : 1712.70 kcal; Białko ogółem: 62.87 g; Tłuszcz: 80.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 199.88 g; suma cukrów prostych: 10.24 g; Błonnik pokarmowy: 17.50 g;		
czwartek 2026-08-20 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), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kotlet schabowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka wielowarzywna 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 : 2077.50 kcal; Białko ogółem: 70.32 g; Tłuszcz: 84.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 279.73 g; suma cukrów prostych: 60.69 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g;		
czwartek 2026-08-20 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (GLU, BIA), 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),	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kotlet wieprzowy parowany 90g (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki puree 150g , Brokuł parowany 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 : 2174.02 kcal; Białko ogółem: 78.25 g; Tłuszcz: 70.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 327.66 g; suma cukrów prostych: 70.88 g; Błonnik pokarmowy: 25.41 g;		
czwartek 2026-08-20 Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Herbata 200ml ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kotlet schabowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Kielbasa żywiecka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1899.45 kcal; Białko ogółem: 62.65 g; Tłuszcz: 77.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 258.38 g; suma cukrów prostych: 39.44 g; Błonnik pokarmowy: 21.64 g;		

Dietetyk

.....