

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-01 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350g (BIA), 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 minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka z marchewki i ogórka kiszzonego 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 : 1965.44 kcal; Białko ogółem: 69.82 g; Tłuszcz: 90.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.13 g; Węglowodany ogółem: 236.13 g; suma cukrów prostych: 44.70 g; Błonnik pokarmowy: 19.66 g;		
wtorek 2026-09-01 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350g (BIA), 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 marchewkowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szynka drobiowa rodzinna 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta warzywna 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1985.24 kcal; Białko ogółem: 73.00 g; Tłuszcz: 89.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.06 g; Węglowodany ogółem: 241.79 g; suma cukrów prostych: 64.84 g; Błonnik pokarmowy: 20.81 g;		
wtorek 2026-09-01 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 minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka z marchewki i ogórka kiszzonego 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Surówka z marchewki 100g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1713.03 kcal; Białko ogółem: 62.56 g; Tłuszcz: 82.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 200.02 g; suma cukrów prostych: 20.57 g; Błonnik pokarmowy: 21.15 g;		
wtorek 2026-09-01 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 minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka z marchewki i ogórka kiszzonego 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 : 1684.25 kcal; Białko ogółem: 61.65 g; Tłuszcz: 82.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 191.08 g; suma cukrów prostych: 17.53 g; Błonnik pokarmowy: 17.87 g;		
wtorek 2026-09-01 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350g (BIA), 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 marchewkowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (BIA, 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 tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2008.10 kcal; Białko ogółem: 74.90 g; Tłuszcz: 94.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.08 g; Węglowodany ogółem: 234.07 g; suma cukrów prostych: 62.14 g; Błonnik pokarmowy: 21.14 g;		
wtorek 2026-09-01 Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350g (BIA), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Seler parowany 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa marchewkowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), 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 marchewkowa 400g (SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1977.44 kcal; Białko ogółem: 77.50 g; Tłuszcz: 81.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.90 g; Węglowodany ogółem: 259.26 g; suma cukrów prostych: 139.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-01 Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
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), Herbata 200ml ,	Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Margaryna do smarowania 25g 20g , Szynka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1637.72 kcal; Białko ogółem: 64.00 g; Tłuszcz: 76.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 189.51 g; suma cukrów prostych: 15.45 g; Błonnik pokarmowy: 17.98 g;		
środa 2026-09-02 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 selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 180g (SEL), Ryż biały na sypko 150g , Mizeria z jogurtem 100g (BIA), 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 : 1844.89 kcal; Białko ogółem: 86.63 g; Tłuszcz: 79.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 209.47 g; suma cukrów prostych: 38.67 g; Błonnik pokarmowy: 15.20 g;		
środa 2026-09-02 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 prasowana z indykami 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dynia parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka gotowane 180g (SEL), Ryż biały na sypko 150g , Włoszczyzna 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 : 1905.91 kcal; Białko ogółem: 87.42 g; Tłuszcz: 85.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.17 g; Węglowodany ogółem: 212.83 g; suma cukrów prostych: 39.36 g; Błonnik pokarmowy: 17.67 g;		
środa 2026-09-02 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 selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka gotowane 180g (SEL), Ryż biały na sypko 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), Twarożek 50g (BIA), Carpaccio z buraka 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1673.78 kcal; Białko ogółem: 79.41 g; Tłuszcz: 72.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.84 g; Węglowodany ogółem: 189.71 g; suma cukrów prostych: 17.42 g; Błonnik pokarmowy: 14.99 g;		
środa 2026-09-02 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 selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 180g (SEL), Ryż biały na sypko 150g , Mizeria z jogurtem 100g (BIA), 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 : 1666.84 kcal; Białko ogółem: 78.96 g; Tłuszcz: 72.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 188.11 g; suma cukrów prostych: 17.43 g; Błonnik pokarmowy: 14.39 g;		
środa 2026-09-02 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 selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 180g (SEL), Ryż biały na sypko 150g , Mizeria z jogurtem 100g (BIA), 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 : 1844.89 kcal; Białko ogółem: 86.63 g; Tłuszcz: 79.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 209.47 g; suma cukrów prostych: 38.67 g; Błonnik pokarmowy: 15.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-02 Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dynia parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka gotowane 180g (SEL), Ryż biały na sypko 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 białych warzyw 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2064.52 kcal; Białko ogółem: 88.79 g; Tłuszcz: 82.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 263.36 g; suma cukrów prostych: 46.32 g; Błonnik pokarmowy: 23.22 g;		
środa 2026-09-02 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 selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 180g (SEL), Ryż biały na sypko 150g , Włoszczyzna 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 : 1637.82 kcal; Białko ogółem: 69.28 g; Tłuszcz: 73.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 193.81 g; suma cukrów prostych: 16.82 g; Błonnik pokarmowy: 19.91 g;		
czwartek 2026-09-03 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), 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), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), 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 : 2302.19 kcal; Białko ogółem: 75.43 g; Tłuszcz: 94.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.37 g; Węglowodany ogółem: 313.76 g; suma cukrów prostych: 115.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g;		
czwartek 2026-09-03 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), 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), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta warzywna 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2325.42 kcal; Białko ogółem: 75.83 g; Tłuszcz: 94.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.47 g; Węglowodany ogółem: 318.61 g; suma cukrów prostych: 118.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.60 g;		
czwartek 2026-09-03 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), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: 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 : 1874.48 kcal; Białko ogółem: 62.00 g; Tłuszcz: 92.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 221.58 g; suma cukrów prostych: 12.64 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g;		
czwartek 2026-09-03 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), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), 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 : 1803.85 kcal; Białko ogółem: 60.55 g; Tłuszcz: 87.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 213.80 g; suma cukrów prostych: 11.91 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-03 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), 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), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), 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 : 2302.19 kcal; Białko ogółem: 75.43 g; Tłuszcz: 94.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.37 g; Węglowodany ogółem: 313.76 g; suma cukrów prostych: 115.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g;		
czwartek 2026-09-03 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), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), 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 : 2468.18 kcal; Białko ogółem: 77.38 g; Tłuszcz: 91.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 363.04 g; suma cukrów prostych: 125.94 g; Błonnik pokarmowy: 32.88 g;		
czwartek 2026-09-03 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 brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), 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 : 1969.35 kcal; Białko ogółem: 61.62 g; Tłuszcz: 83.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 267.47 g; suma cukrów prostych: 90.23 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g;		
piątek 2026-09-04 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 makaronem 400g (GLU, JAJ, 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), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1906.63 kcal; Białko ogółem: 74.41 g; Tłuszcz: 72.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.44 g; Węglowodany ogółem: 259.86 g; suma cukrów prostych: 75.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.78 g;		
piątek 2026-09-04 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 makaronem 400g (GLU, JAJ, 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), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2009.83 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz: 85.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 245.20 g; suma cukrów prostych: 76.08 g; Błonnik pokarmowy: 18.72 g;		
piątek 2026-09-04 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 makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: 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 : 1744.87 kcal; Białko ogółem: 67.61 g; Tłuszcz: 75.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 216.19 g; suma cukrów prostych: 57.33 g; Błonnik pokarmowy: 20.40 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-04 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 makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka z kapusty kiszonej 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 : 1690.87 kcal; Białko ogółem: 63.74 g; Tłuszcz: 74.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 210.61 g; suma cukrów prostych: 51.73 g; Błonnik pokarmowy: 20.40 g;		
piątek 2026-09-04 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 makaronem 400g (GLU, JAJ, 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), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1746.93 kcal; Białko ogółem: 70.31 g; Tłuszcz: 63.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.09 g; Węglowodany ogółem: 243.10 g; suma cukrów prostych: 70.85 g; Błonnik pokarmowy: 21.67 g;		
piątek 2026-09-04 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 makaronem 400g (GLU, JAJ, 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 z marchewki wzmocniona 400g (JAJ, BIA, SEL), Herbata 200ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2249.79 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 103.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.88 g; Węglowodany ogółem: 257.08 g; suma cukrów prostych: 130.50 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g;		
piątek 2026-09-04 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 makaronem 400g (GLU, JAJ, 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), Szynka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1604.50 kcal; Białko ogółem: 62.89 g; Tłuszcz: 64.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 212.16 g; suma cukrów prostych: 52.03 g; Błonnik pokarmowy: 21.85 g;		
sobota 2026-09-05 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Pomidor 50g , Kakao 200ml (BIA),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż z jabłkami 250g , Sos jogurtowy 100g (BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Bukiet warzyw parowanych 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2079.15 kcal; Białko ogółem: 63.31 g; Tłuszcz: 75.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.23 g; Węglowodany ogółem: 302.69 g; suma cukrów prostych: 61.64 g; Błonnik pokarmowy: 18.08 g;		
sobota 2026-09-05 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 konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Seler parowany 50g (SEL), Kakao 200ml (BIA),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż z jabłkami 250g , Sos jogurtowy 100g (BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Pasta warzywna 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2004.63 kcal; Białko ogółem: 65.44 g; Tłuszcz: 65.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 305.35 g; suma cukrów prostych: 64.20 g; Błonnik pokarmowy: 18.93 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-05 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), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż z jabłkami 250g , Sos jogurtowy 100g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 100g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Bukiet warzyw parowanych 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1736.15 kcal; Białko ogółem: 51.02 g; Tłuszcz: 67.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 248.85 g; suma cukrów prostych: 26.66 g; Błonnik pokarmowy: 19.77 g;		
sobota 2026-09-05 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), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż z jabłkami 250g , Sos jogurtowy 100g (BIA), 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 : 1665.53 kcal; Białko ogółem: 49.57 g; Tłuszcz: 62.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.92 g; Węglowodany ogółem: 241.07 g; suma cukrów prostych: 25.93 g; Błonnik pokarmowy: 17.49 g;		
sobota 2026-09-05 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), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Pomidor 50g , Kakao 200ml (BIA),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż z jabłkami 250g , Sos jogurtowy 100g (BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Bukiet warzyw parowanych 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2079.15 kcal; Białko ogółem: 63.31 g; Tłuszcz: 75.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.23 g; Węglowodany ogółem: 302.69 g; suma cukrów prostych: 61.64 g; Błonnik pokarmowy: 18.08 g;		
sobota 2026-09-05 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), 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 jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż z jabłkami 250g , Sos jogurtowy 100g (BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 20g (BIA), Zupa krem jarzynowy 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2076.05 kcal; Białko ogółem: 61.86 g; Tłuszcz: 59.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 342.16 g; suma cukrów prostych: 64.24 g; Błonnik pokarmowy: 23.13 g;		
sobota 2026-09-05 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 białego drobiu 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 2026-09-06 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 kiszane 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Kotlet drobiowy panierowany 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Salatka 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 : 2015.12 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 77.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.20 g; Węglowodany ogółem: 256.13 g; suma cukrów prostych: 46.54 g; Błonnik pokarmowy: 18.11 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-06		
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), Filet drobiowy na parze 90g (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 : 1853.80 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 66.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 245.62 g; suma cukrów prostych: 40.19 g; Błonnik pokarmowy: 18.47 g;		
niedziela 2026-09-06		
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), Kotlet drobiowy panierowany 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 : 1981.64 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 75.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 254.95 g; suma cukrów prostych: 43.13 g; Błonnik pokarmowy: 18.77 g;		
niedziela 2026-09-06		
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), Kotlet drobiowy panierowany 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 : 1973.24 kcal; Białko ogółem: 86.47 g; Tłuszcz: 75.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.91 g; Węglowodany ogółem: 252.97 g; suma cukrów prostych: 43.07 g; Błonnik pokarmowy: 18.11 g;		
niedziela 2026-09-06		
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 zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Kotlet drobiowy panierowany 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 : 1948.96 kcal; Białko ogółem: 88.50 g; Tłuszcz: 73.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 251.35 g; suma cukrów prostych: 37.70 g; Błonnik pokarmowy: 19.76 g;		
niedziela 2026-09-06		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
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), Filet drobiowy na parze 90g (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 : 2098.26 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Tłuszcz: 85.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.80 g; Węglowodany ogółem: 256.59 g; suma cukrów prostych: 117.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;		
niedziela 2026-09-06		
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 drobiowy panierowany 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 : 1712.84 kcal; Białko ogółem: 86.56 g; Tłuszcz: 69.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 204.57 g; suma cukrów prostych: 13.00 g; Błonnik pokarmowy: 20.10 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-07 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 szpinakowa 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 : 1870.78 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz: 71.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 251.70 g; suma cukrów prostych: 38.07 g; Błonnik pokarmowy: 20.33 g;		
poniedziałek 2026-09-07 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 szpinakowa 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 : 2006.40 kcal; Białko ogółem: 81.56 g; Tłuszcz: 82.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 253.35 g; suma cukrów prostych: 44.16 g; Błonnik pokarmowy: 20.70 g;		
poniedziałek 2026-09-07 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 szpinakowa 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 : 1604.55 kcal; Białko ogółem: 65.99 g; Tłuszcz: 61.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.50 g; Węglowodany ogółem: 213.87 g; suma cukrów prostych: 22.06 g; Błonnik pokarmowy: 17.97 g;		
poniedziałek 2026-09-07 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 szpinakowa 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 : 1537.95 kcal; Białko ogółem: 59.87 g; Tłuszcz: 60.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 205.41 g; suma cukrów prostych: 12.66 g; Błonnik pokarmowy: 17.97 g;		
poniedziałek 2026-09-07 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 szpinakowa 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 : 1864.93 kcal; Białko ogółem: 73.26 g; Tłuszcz: 71.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.44 g; Węglowodany ogółem: 252.15 g; suma cukrów prostych: 38.99 g; Błonnik pokarmowy: 21.50 g;		
poniedziałek 2026-09-07 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 szpinakowa 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 : 2213.74 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz: 101.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.18 g; Węglowodany ogółem: 262.10 g; suma cukrów prostych: 45.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-07 Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowej 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa szpinakowa 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 : 1532.10 kcal; Białko ogółem: 59.45 g; Tłuszcz: 60.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 205.86 g; suma cukrów prostych: 13.59 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g;		
wtorek 2026-09-08 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), 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),	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew parowana 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 : 1850.72 kcal; Białko ogółem: 69.92 g; Tłuszcz: 80.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 231.79 g; suma cukrów prostych: 89.86 g; Błonnik pokarmowy: 23.99 g;		
wtorek 2026-09-08 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), 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), Sos szpinakowy z kurczakiem 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 warzywna 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2100.82 kcal; Białko ogółem: 77.27 g; Tłuszcz: 88.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.17 g; Węglowodany ogółem: 277.53 g; suma cukrów prostych: 91.75 g; Błonnik pokarmowy: 31.89 g;		
wtorek 2026-09-08 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 ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 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 : 1552.20 kcal; Białko ogółem: 55.58 g; Tłuszcz: 71.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.92 g; Węglowodany ogółem: 194.19 g; suma cukrów prostych: 20.32 g; Błonnik pokarmowy: 22.74 g;		
wtorek 2026-09-08 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 ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 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 : 1523.41 kcal; Białko ogółem: 54.66 g; Tłuszcz: 70.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.89 g; Węglowodany ogółem: 185.24 g; suma cukrów prostych: 17.28 g; Błonnik pokarmowy: 19.46 g;		
wtorek 2026-09-08 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), 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), Sos szpinakowy z kurczakiem 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew parowana 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 : 1934.18 kcal; Białko ogółem: 71.95 g; Tłuszcz: 81.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.59 g; Węglowodany ogółem: 250.69 g; suma cukrów prostych: 85.63 g; Błonnik pokarmowy: 24.86 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-08		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), 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), Sos szpinakowy z kurczakiem 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), Zupa krem warzywna wzmocniona 400g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2148.48 kcal; Białko ogółem: 79.45 g; Tłuszcz: 95.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.30 g; Węglowodany ogółem: 267.95 g; suma cukrów prostych: 91.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g;		
wtorek 2026-09-08		
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 czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szyntka tyrolska 50g , Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1527.57 kcal; Białko ogółem: 58.12 g; Tłuszcz: 71.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.35 g; Węglowodany ogółem: 183.92 g; suma cukrów prostych: 65.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.64 g;		
środa 2026-09-09		
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 z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pierogi ruskie (gotowe) 200g , 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 : 1910.60 kcal; Białko ogółem: 64.15 g; Tłuszcz: 66.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 285.39 g; suma cukrów prostych: 39.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.66 g;		
środa 2026-09-09		
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), Szyntka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dynia parowana 50g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pierogi ruskie (gotowe) 200g , 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 : 1937.89 kcal; Białko ogółem: 67.95 g; Tłuszcz: 69.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 282.31 g; suma cukrów prostych: 90.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g;		
środa 2026-09-09		
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 z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pierogi ruskie (gotowe) 200g , 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 : 1740.95 kcal; Białko ogółem: 56.96 g; Tłuszcz: 59.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 266.01 g; suma cukrów prostych: 18.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g;		
środa 2026-09-09		
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 z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pierogi ruskie (gotowe) 200g , 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 : 1732.55 kcal; Białko ogółem: 56.48 g; Tłuszcz: 59.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 264.03 g; suma cukrów prostych: 18.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-09 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 z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pierogi ruskie (gotowe) 200g , 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 : 1910.60 kcal; Białko ogółem: 64.15 g; Tłuszcz: 66.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 285.39 g; suma cukrów prostych: 39.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.66 g;		
środa 2026-09-09 Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (GLU, BIA), 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 z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pierogi ruskie (gotowe) 200g , 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 : 2096.49 kcal; Białko ogółem: 69.31 g; Tłuszcz: 66.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.72 g; Węglowodany ogółem: 332.84 g; suma cukrów prostych: 97.43 g; Błonnik pokarmowy: 32.88 g;		
środa 2026-09-09 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 z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pierogi ruskie (gotowe) 200g , 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 : 1668.34 kcal; Białko ogółem: 49.78 g; Tłuszcz: 57.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.48 g; Węglowodany ogółem: 262.91 g; suma cukrów prostych: 67.84 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g;		
czwartek 2026-09-10 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), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Fasolka szparagowa 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 : 2251.57 kcal; Białko ogółem: 90.08 g; Tłuszcz: 83.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.63 g; Węglowodany ogółem: 309.70 g; suma cukrów prostych: 65.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.80 g;		
czwartek 2026-09-10 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), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Dynia parowana 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 warzywna 50g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2282.46 kcal; Białko ogółem: 89.64 g; Tłuszcz: 82.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.75 g; Węglowodany ogółem: 316.42 g; suma cukrów prostych: 70.45 g; Błonnik pokarmowy: 24.28 g;		
czwartek 2026-09-10 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 pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Fasolka szparagowa parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: 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 : 1802.62 kcal; Białko ogółem: 77.94 g; Tłuszcz: 80.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 212.69 g; suma cukrów prostych: 11.50 g; Błonnik pokarmowy: 22.58 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-10 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁŁ.		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Fasolka szparagowa parowana 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 : 1731.99 kcal; Białko ogółem: 76.49 g; Tłuszcz: 75.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.06 g; Węglowodany ogółem: 204.91 g; suma cukrów prostych: 10.77 g; Błonnik pokarmowy: 20.30 g;		
czwartek 2026-09-10 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), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Fasolka szparagowa 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 : 2251.57 kcal; Białko ogółem: 90.08 g; Tłuszcz: 83.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.63 g; Węglowodany ogółem: 309.70 g; suma cukrów prostych: 65.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.80 g;		
czwartek 2026-09-10 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),	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Marchew oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), 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 : 2557.79 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 103.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.54 g; Węglowodany ogółem: 332.60 g; suma cukrów prostych: 127.84 g; Błonnik pokarmowy: 32.20 g;		
czwartek 2026-09-10 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 ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g , Fasolka szparagowa 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 : 1918.74 kcal; Białko ogółem: 76.27 g; Tłuszcz: 72.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 263.41 g; suma cukrów prostych: 39.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;		

Dietetyk

.....