

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-11 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g, Salata 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew oprószana 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyntka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka czerwona świeża 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2633.78 kcal; Białko ogółem: 108.28 g; Tłuszcz: 103.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 334.89 g; suma cukrów prostych: 88.70 g; Błonnik pokarmowy: 19.79 g;		
poniedziałek 2024-02-12 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasztecik z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt, Pomidor 45g, Szpinak świeży 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Kiwi 70g,	Zupa grochowa 350g (GLU, SOJ, SEL), Kluski śląskie 150g, Sos pieczarkowy 100g (GLU, BIA), Sałatka z buraczków 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica wiśniowa 30g, Ser żółty półtusty 20g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2143.35 kcal; Białko ogółem: 60.34 g; Tłuszcz: 74.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 330.94 g; suma cukrów prostych: 53.81 g; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;		
poniedziałek 2024-02-12 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), masło extra 12g (BIA), Pasztecik z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek śmietankowy 30g (BIA), Pomidor 45g, Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Kiwi 70g,	Zupa grochowa 350g (GLU, SOJ, SEL), Kluski śląskie 150g, Sos pieczarkowy 100g (GLU, BIA), Sałatka z buraczków 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczerek: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica wiśniowa 30g, Ser żółty półtusty 20g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1614.31 kcal; Białko ogółem: 55.98 g; Tłuszcz: 69.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 213.45 g; suma cukrów prostych: 32.83 g; Błonnik pokarmowy: 21.31 g;		
poniedziałek 2024-02-12 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Miód 25g 1szt, Dynia parowana z jarzynką 45g (SEL), Szpinak świeży 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kluski śląskie 150g, Sos pietruszkowy 100g (GLU, BIA), Brokuł parowany z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica wiśniowa 30g, Serek jogurtowy 30g, Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1994.59 kcal; Białko ogółem: 54.94 g; Tłuszcz: 53.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 342.58 g; suma cukrów prostych: 55.85 g; Błonnik pokarmowy: 22.32 g;		
poniedziałek 2024-02-12 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasztecik z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt, Pomidor 45g, Szpinak świeży 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Kiwi 70g,	Zupa grochowa 350g (GLU, SOJ, SEL), Kluski śląskie 150g, Sos pieczarkowy 100g (GLU, BIA), Sałatka z buraczków 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica wiśniowa 30g, Ser żółty półtusty 20g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2143.35 kcal; Białko ogółem: 60.34 g; Tłuszcz: 74.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 330.94 g; suma cukrów prostych: 53.81 g; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-12 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Dynia parowana z jarzynką 45g (SEL), Szpinak świeży 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kluski śląskie 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU, BIA), Brokuł parowany z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica wiśniowa 30g , Serek jogurtowy 30g , Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2056.42 kcal; Białko ogółem: 56.10 g; Tłuszcz: 59.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 345.41 g; suma cukrów prostych: 56.09 g; Błonnik pokarmowy: 22.94 g;		
poniedziałek 2024-02-12 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Pomidor 45g , Szpinak świeży 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Zupa grochowa 350g (GLU, SOJ, SEL), Kluski śląskie 150g , Sos pieczarkowy 100g (GLU, BIA), Brokuł parowany z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica wiśniowa 30g , Ser żółty półtusty 20g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2104.37 kcal; Białko ogółem: 60.58 g; Tłuszcz: 70.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 328.29 g; suma cukrów prostych: 53.94 g; Błonnik pokarmowy: 22.82 g;		
wtorek 2024-02-13 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasta jajeczna z zieleciną 30g (JAJ, SEL, GOR), Szynka konserwowa 30g , Ogórki zielone 45g , Rukola 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Barszcz biały z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos meksykański z wieprzowiną 200g (GLU, SEL), Ryż brązowy na sytko 150g , Surówka z kapusty białej z zieleciną 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Papryka czerwona świeża 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2119.76 kcal; Białko ogółem: 82.50 g; Tłuszcz: 78.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.38 g; Węglowodany ogółem: 297.13 g; suma cukrów prostych: 68.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g;		
wtorek 2024-02-13 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasta jajeczna z zieleciną 30g (JAJ, SEL, GOR), Szynka konserwowa 30g , Ogórki zielone 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Banan 70g ,	Barszcz biały z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos meksykański z wieprzowiną 200g (GLU, SEL), Ryż brązowy na sytko 150g , Surówka z kapusty białej z zieleciną 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 100g ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Papryka czerwona świeża 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1969.73 kcal; Białko ogółem: 91.15 g; Tłuszcz: 77.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 252.41 g; suma cukrów prostych: 38.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-13		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA, SEL), Szyunka konserwowa 30g , Marchew parowana 100g (SEL), Rukola 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Barszcz biały z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos mięsny z jarzynami 200g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 150g , Cukinia parowana z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Pasta z dyni 45g (SEL), Sałata 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2405.46 kcal; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz: 80.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 354.78 g; suma cukrów prostych: 113.80 g; Błonnik pokarmowy: 22.02 g;		
wtorek 2024-02-13		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasta jajeczna z zieleciną 30g (JAJ, SEL, GOR), Szyunka konserwowa 30g , Ogórki zielone 45g , Rukola 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Barszcz biały z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos meksykański z wieprzowiną 200g (GLU, SEL), Ryż brązowy na sypko 150g , Surówka z kapusty białej z zieleciną 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Papryka czerwona świeża 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2119.76 kcal; Białko ogółem: 82.50 g; Tłuszcz: 78.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.38 g; Węglowodany ogółem: 297.13 g; suma cukrów prostych: 68.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g;		
wtorek 2024-02-13		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka konserwowa 30g , Twarożek 30g (BIA, SEL), Marchew parowana 45g (SEL), Rukola 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Barszcz biały z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos mięsny z jarzynami 200g (GLU, SEL), Ryż brązowy na sypko 150g , Cukinia parowana z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Pasta z dyni 45g (SEL), Sałata 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2243.47 kcal; Białko ogółem: 82.04 g; Tłuszcz: 81.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 316.37 g; suma cukrów prostych: 91.09 g; Błonnik pokarmowy: 23.00 g;		
wtorek 2024-02-13		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Masło extra 12g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Szyunka konserwowa 30g , Pasta jajeczna z zieleciną 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g , Rukola 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Barszcz biały z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż brązowy na sypko 150g , Sos mięsny z jarzynami 200g (GLU, SEL), Cukinia parowana z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Papryka czerwona świeża 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2094.59 kcal; Białko ogółem: 79.65 g; Tłuszcz: 81.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 544.20 g; suma cukrów prostych: 74.47 g; Błonnik pokarmowy: 100.38 g;		
środa 2024-02-14		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Dżem owocowy 25g 1szt , Rzodkiewka 45g , Szpinak świeży 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Arbuz 70g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ciecierzycza w pomidorach 200g (GLU), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka 100g ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek z koperkiem 30g (BIA, SEL), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 45g , Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Belriso 200g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2572.03 kcal; Białko ogółem: 103.42 g; Tłuszcz: 88.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 365.40 g; suma cukrów prostych: 51.90 g; Błonnik pokarmowy: 44.43 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-02-14		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Masło extra 12g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Serek śmietankowy 30g (BIA), Sałatka rybna 30g (RYB, SOJ, SEL), Rzodkiewka 45g, Szpinak świeży 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Arbuz 70g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU), Ciecierzycza w pomidorach 200g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek z koperkiem 30g (BIA, SEL), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Mix sałat 5g, Carpaccio z buraka 45g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2475.65 kcal; Białko ogółem: 111.12 g; Tłuszcz: 89.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 324.21 g; suma cukrów prostych: 26.72 g; Błonnik pokarmowy: 44.78 g;		
środa 2024-02-14		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Dżem owocowy 25g 1szt, Seler parowany z jarzynką 45g (SEL), Szpinak świeży 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Arbuz 70g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Gulasz warzywny z soczewicą 200g (GLU, SEL), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU), Marchew wiórki gotowana z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA, SEL), Miód 25g 1szt, Carpaccio z buraka 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Belriso 200g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2555.31 kcal; Białko ogółem: 87.80 g; Tłuszcz: 60.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 441.76 g; suma cukrów prostych: 95.86 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;		
środa 2024-02-14		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (GLU, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Dżem owocowy 25g 1szt, Rzodkiewka 45g, Szpinak świeży 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Arbuz 70g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ciecierzycza w pomidorach 200g (GLU), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek z koperkiem 30g (BIA, SEL), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 45g, Mix sałat 5g, Posiłek nocny: Belriso 200g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2584.50 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz: 88.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 368.76 g; suma cukrów prostych: 53.97 g; Błonnik pokarmowy: 44.92 g;		
środa 2024-02-14		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Dżem owocowy 25g 1szt, Seler parowany z jarzynką 45g (SEL), Szpinak świeży 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Arbuz 70g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU), Gulasz warzywny z soczewicą 200g (GLU, SEL), Marchew wiórki gotowana z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA, SEL), Miód 25g 1szt, Carpaccio z buraka 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Belriso 200g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2555.31 kcal; Białko ogółem: 87.80 g; Tłuszcz: 60.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 441.76 g; suma cukrów prostych: 95.86 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;		
środa 2024-02-14		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Dżem owocowy 25g 1szt, Rzodkiewka 45g, Szpinak świeży 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Arbuz 70g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Gulasz warzywny z soczewicą 200g (GLU, SEL), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU), Marchew wiórki gotowana z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Twarożek z koperkiem 30g (BIA, SEL), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 30g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Belriso 200g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2219.29 kcal; Białko ogółem: 87.43 g; Tłuszcz: 57.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 366.22 g; suma cukrów prostych: 91.71 g; Błonnik pokarmowy: 33.34 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-15		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Paprykarz 30g (RYB, SOJ, SEL), Szyunka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g , Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mandarynka świeża 70g ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Szyunka wieprzowa pieczona 90g (SEL), Sos pieczeniowy ciemny 50g (GLU, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kalafior z bułką tartą 100g (GLU), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Polędwica wiśniowa 30g , Papryka czerwona świeża 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1866.14 kcal; Białko ogółem: 73.87 g; Tłuszcz: 70.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 251.56 g; suma cukrów prostych: 61.67 g; Błonnik pokarmowy: 19.31 g;		
czwartek 2024-02-15		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Paprykarz 30g (RYB, SOJ, SEL), Szyunka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g , Roszponka 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Mandarynka świeża 70g ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Szyunka wieprzowa pieczona 90g (SEL), Sos pieczeniowy ciemny 50g (GLU, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kalafior z bułką tartą 100g (GLU), Kompot owocowy 200ml , Podwieczerek: Sok warzywny 1szt (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Polędwica wiśniowa 30g , Papryka czerwona świeża 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1656.65 kcal; Białko ogółem: 69.17 g; Tłuszcz: 65.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 215.18 g; suma cukrów prostych: 21.38 g; Błonnik pokarmowy: 19.58 g;		
czwartek 2024-02-15		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 30g , Dynia parowana z jarzynką 45g (SEL), Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Szyunka wieprzowa pieczona 90g (SEL), Sos pieczeniowy ciemny 50g (GLU, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek jogurtowy 30g , Polędwica wiśniowa 30g , Pasta z brokuła 45g (SEL), Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1894.94 kcal; Białko ogółem: 68.74 g; Tłuszcz: 70.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 1272.25 g; suma cukrów prostych: 1120.92 g; Błonnik pokarmowy: 37.91 g;		
czwartek 2024-02-15		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Paprykarz 30g (RYB, SOJ, SEL), Szyunka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g , Roszponka 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Mandarynka świeża 70g ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Szyunka wieprzowa pieczona 90g (SEL), Sos pieczeniowy ciemny 50g (GLU, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kalafior z bułką tartą 100g (GLU), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Polędwica wiśniowa 30g , Papryka czerwona świeża 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1824.32 kcal; Białko ogółem: 71.42 g; Tłuszcz: 68.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 248.41 g; suma cukrów prostych: 58.20 g; Błonnik pokarmowy: 19.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-15		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńska złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 30g, Dynia parowana z jarzynką 100g (SEL), Roszponka 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Szyńska wieprzowa pieczona 90g (SEL), Sos pieczeniowy ciemny 50g (GLU, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek jogurtowy 30g, Polędwica wiśniowa 30g, Pasta z brokuła 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Mus owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 1909.69 kcal; Białko ogółem: 69.40 g; Tłuszcz: 70.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 1276.29 g; suma cukrów prostych: 1122.12 g; Błonnik pokarmowy: 39.33 g;		
czwartek 2024-02-15		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Paprykarz 30g (RYB, SOJ, SEL), Szyńska złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Roszponka 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, SEL), Szyńska wieprzowa pieczona 90g (SEL), Sos pieczeniowy ciemny 50g (GLU, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Kalafior z bułką tartą 100g (GLU), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Polędwica wiśniowa 30g, Papryka czerwona świeża 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Mus owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 1899.53 kcal; Białko ogółem: 74.12 g; Tłuszcz: 70.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 668.27 g; suma cukrów prostych: 73.38 g; Błonnik pokarmowy: 147.49 g;		
piątek 2024-02-16		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Miód 25g 1szt, Ogórki zielone 45g, Sałata 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłka świeże 80g,	Zupa pomidorowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB), Sos pietruszkowy 50g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Sałatka po żydowsku z majonezem 45g (JAJ, SEL, GOR), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2368.86 kcal; Białko ogółem: 86.54 g; Tłuszcz: 80.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 342.71 g; suma cukrów prostych: 51.92 g; Błonnik pokarmowy: 19.02 g;		
piątek 2024-02-16		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńska drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g, Ogórki zielone 45g, Sałata 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Jabłka świeże 80g,	Zupa pomidorowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB), Sos pietruszkowy 50g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Sałatka po żydowsku z majonezem 45g (JAJ, SEL, GOR), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1834.74 kcal; Białko ogółem: 79.69 g; Tłuszcz: 74.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 229.46 g; suma cukrów prostych: 32.42 g; Błonnik pokarmowy: 17.87 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-16		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g , Miód 25g 1szt , Seler parowany z jarzynką 45g (SEL), Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 80g ,	Zupa krem z dyni i marchewki 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB), Sos pietruszkowy 50g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 150g (BIA), Brokuł parowany z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2466.78 kcal; Białko ogółem: 90.88 g; Tłuszcz: 66.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.63 g; Węglowodany ogółem: 398.34 g; suma cukrów prostych: 73.80 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;		
piątek 2024-02-16		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g , Miód 25g 1szt , Ogórki zielone 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jabłka świeże 80g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB), Sos pietruszkowy 50g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Sałatka po żydowsku z majonezem 45g (JAJ, SEL, GOR), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2327.04 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 78.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.28 g; Węglowodany ogółem: 339.56 g; suma cukrów prostych: 48.45 g; Błonnik pokarmowy: 19.02 g;		
piątek 2024-02-16		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g , Miód 25g 1szt , Seler parowany z jarzynką 45g (SEL), Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 80g ,	Zupa krem z dyni i marchewki 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB), Sos pietruszkowy 50g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 150g (BIA), Brokuł parowany z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2466.78 kcal; Białko ogółem: 90.88 g; Tłuszcz: 66.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.63 g; Węglowodany ogółem: 398.34 g; suma cukrów prostych: 73.80 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;		
piątek 2024-02-16		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g , Miód 25g 1szt , Ogórki zielone 45g , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Zupa krem z dyni i marchewki 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB), Sos pietruszkowy 50g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 150g (BIA), Brokuł parowany z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 20g (BIA), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2454.07 kcal; Białko ogółem: 87.90 g; Tłuszcz: 68.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.97 g; Węglowodany ogółem: 394.30 g; suma cukrów prostych: 72.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.61 g;		
sobota 2024-02-17		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g , Pomidor 45g , Mix sałat 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Pomarańcza 70g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 200g (GLU, SEL), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rzodkiewka 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 125g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2114.50 kcal; Białko ogółem: 75.31 g; Tłuszcz: 98.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 251.95 g; suma cukrów prostych: 38.93 g; Błonnik pokarmowy: 21.99 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-02-17		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Pomidor 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Pomarańcza 70g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 200g (GLU, SEL), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczerek: Kefir naturalny 200ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rzodkiewka 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1872.52 kcal; Białko ogółem: 68.79 g; Tłuszcz: 85.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 227.42 g; suma cukrów prostych: 27.46 g; Błonnik pokarmowy: 21.99 g;		
sobota 2024-02-17		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g, Cukinia parowana z jarzynką 45g (SEL), Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 200g (GLU, SEL), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), Szpinak na ciepło 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek śmietankowy 30g (BIA), Pasta z dyni 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 125g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2115.47 kcal; Białko ogółem: 74.50 g; Tłuszcz: 84.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 280.19 g; suma cukrów prostych: 64.20 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g;		
sobota 2024-02-17		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Pomidor 45g, Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Pomarańcza 70g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 200g (GLU, SEL), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rzodkiewka 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 125g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2266.12 kcal; Białko ogółem: 78.84 g; Tłuszcz: 99.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.29 g; Węglowodany ogółem: 284.86 g; suma cukrów prostych: 47.41 g; Błonnik pokarmowy: 23.60 g;		
sobota 2024-02-17		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g, Cukinia parowana z jarzynką 45g (SEL), Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 200g (GLU, SEL), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), Szpinak na ciepło 45g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z dyni 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 125g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1938.35 kcal; Białko ogółem: 63.14 g; Tłuszcz: 72.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 272.03 g; suma cukrów prostych: 58.90 g; Błonnik pokarmowy: 16.88 g;		
sobota 2024-02-17		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Pomidor 45g, Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 200g (GLU, SEL), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), Szpinak na ciepło 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z dyni 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 125g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2253.12 kcal; Białko ogółem: 78.56 g; Tłuszcz: 101.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 273.20 g; suma cukrów prostych: 54.70 g; Błonnik pokarmowy: 18.34 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-19		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Miód 25g 1szt, Dynia parowana z jarzynką 45g (SEL), Szpinak świeży 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Zupa selerowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Włoszczyzna parowana z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica wiśniowa 30g, Serek jogurtowy 30g, Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2199.32 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz: 71.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 330.24 g; suma cukrów prostych: 59.81 g; Błonnik pokarmowy: 20.15 g;		
poniedziałek 2024-02-19		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt, Pomidor 45g, Szpinak świeży 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Zupa selerowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Filet rybny w panierce 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Włoszczyzna parowana z jarzynką 100g (SEL), Herbata 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser żółty półtłusty 20g (BIA), Galaretka drobiowa 100g (GLU, SOJ, SEL), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2375.87 kcal; Białko ogółem: 89.41 g; Tłuszcz: 79.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 345.18 g; suma cukrów prostych: 65.61 g; Błonnik pokarmowy: 21.44 g;		
wtorek 2024-02-20		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł parowany z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g, Papryka czerwona świeża 45g, Sałata 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Mus owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2304.70 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 105.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.10 g; Węglowodany ogółem: 270.18 g; suma cukrów prostych: 80.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.16 g;		
wtorek 2024-02-20		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł parowany z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml, Podwieczerek: Surówka wielowarzywna 100g,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g, Papryka czerwona świeża 45g, Sałata 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g,
Wartości odżywcze: Energia : 2154.67 kcal; Białko ogółem: 101.59 g; Tłuszcz: 104.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 225.47 g; suma cukrów prostych: 50.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-20		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Seler parowany z jarzynką 45g (SEL), Rukola 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Sos jarzynowy z kurczakiem 200g (GLU, BIA, SEL), Brokuł parowany z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Pasta z pietruszki 45g (SEL), Sałata 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2260.84 kcal; Białko ogółem: 88.64 g; Tłuszcz: 81.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.39 g; Węglowodany ogółem: 315.20 g; suma cukrów prostych: 99.26 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g;		
wtorek 2024-02-20		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g , Rukola 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Kompot owocowy 200ml , Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł parowany z jarzynką 100g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Papryka czerwona świeża 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2304.70 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 105.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.10 g; Węglowodany ogółem: 270.18 g; suma cukrów prostych: 80.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.16 g;		
wtorek 2024-02-20		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Seler parowany z jarzynką 45g (SEL), Rukola 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos jarzynowy z kurczakiem 200g (GLU, BIA, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Brokuł parowany z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Pasta z pietruszki 45g (SEL), Sałata 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2245.05 kcal; Białko ogółem: 88.55 g; Tłuszcz: 79.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 314.27 g; suma cukrów prostych: 98.95 g; Błonnik pokarmowy: 23.82 g;		
wtorek 2024-02-20		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Masło extra 12g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Szyunka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g , Rukola 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos jarzynowy z kurczakiem 200g (GLU, BIA, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Brokuł parowany z jarzynką 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Papryka czerwona świeża 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2284.86 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz: 85.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 310.08 g; suma cukrów prostych: 95.09 g; Błonnik pokarmowy: 20.86 g;		