

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-01		
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 70g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kotlet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 20g (BIA), Sałatka jarzynowa z majonezem 45g (SEL, GOR), Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2264.35 kcal; Białko ogółem: 80.24 g; Tłuszcz: 72.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 340.57 g; suma cukrów prostych: 45.99 g; Błonnik pokarmowy: 19.65 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g , Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kotlet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczerek: Jogurt naturalny 150g 1szt ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 20g (BIA), Sałatka jarzynowa z majonezem 45g (SEL, GOR), Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1741.05 kcal; Białko ogółem: 75.49 g; Tłuszcz: 67.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 226.00 g; suma cukrów prostych: 26.08 g; Błonnik pokarmowy: 18.38 g;		
piątek 2024-03-01		
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 45g (SEL), Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Zupa jarzynowa z ryżem (OT) 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 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), Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2357.75 kcal; Białko ogółem: 86.04 g; Tłuszcz: 64.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 373.64 g; suma cukrów prostych: 69.51 g; Błonnik pokarmowy: 19.06 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g , Miód 25g 1szt , Ogórki zielone 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jabłka świeże 70g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kotlet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser żółty półtłusty 20g (BIA), Sałatka jarzynowa z majonezem 45g (SEL, GOR), Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2219.04 kcal; Białko ogółem: 77.77 g; Tłuszcz: 70.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 336.49 g; suma cukrów prostych: 41.90 g; Błonnik pokarmowy: 19.53 g;		
piątek 2024-03-01		
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 45g (SEL), Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kotlet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 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), Szpinak świeży 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2390.90 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 68.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 374.82 g; suma cukrów prostych: 69.33 g; Błonnik pokarmowy: 18.59 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-01		
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, Salata 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Zupa jarzynowa z ryżem (OT) 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kotlet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 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), Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2437.57 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 70.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.65 g; Węglowodany ogółem: 381.27 g; suma cukrów prostych: 67.63 g; Błonnik pokarmowy: 17.81 g;		
sobota 2024-03-02		
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, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Pomarańcza 70g,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Risotto z warzywami 300g (SEL), Sos śmietanowy 100g (GLU, BIA), Surówka z marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rzodkiewka 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 125g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2084.19 kcal; Białko ogółem: 64.75 g; Tłuszcz: 77.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.50 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; suma cukrów prostych: 49.86 g; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;		
sobota 2024-03-02		
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, Herbata 200ml, Mix sałat 5g, II Śniadanie: Pomarańcza 70g,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Risotto z warzywami 300g (SEL), Sos śmietanowy 100g (GLU, BIA), Surówka z marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rzodkiewka 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1812.63 kcal; Białko ogółem: 53.41 g; Tłuszcz: 69.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 273.82 g; suma cukrów prostych: 23.46 g; Błonnik pokarmowy: 34.30 g;		
sobota 2024-03-02		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g, Cukinia parowana 100g (SEL), Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Risotto z warzywami 300g (SEL), Sos śmietanowy 100g (GLU, BIA), Dynia parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pietruszki 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 125g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2017.08 kcal; Białko ogółem: 60.89 g; Tłuszcz: 61.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 329.23 g; suma cukrów prostych: 67.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g;		
sobota 2024-03-02		
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, Kakao 200ml (BIA), Mix sałat 5g, II Śniadanie: Pomarańcza 70g,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Risotto z warzywami 300g (SEL), Sos śmietanowy 100g (GLU, BIA), Surówka z marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rzodkiewka 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 125g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2084.19 kcal; Białko ogółem: 64.75 g; Tłuszcz: 77.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.50 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; suma cukrów prostych: 49.86 g; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-03 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Gruszka 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sałatka z buraczków 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka czerwona świeża 45g , Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2215.34 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 97.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.15 g; Węglowodany ogółem: 248.84 g; suma cukrów prostych: 43.65 g; Błonnik pokarmowy: 18.97 g;		
niedziela 2024-03-03 Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł mrożony 45g , Rukola 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 gotowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka bartnika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Pasta z białych warzyw 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2730.69 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 100.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 429.70 g; suma cukrów prostych: 123.83 g; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;		
niedziela 2024-03-03 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 , Rukola 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 gotowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka czerwona świeża 45g , Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2604.56 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 101.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 711.12 g; suma cukrów prostych: 96.42 g; Błonnik pokarmowy: 119.92 g;		
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
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 , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Kiwi 70g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos Bolognese 200g (GLU, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Galaretki drobiowa 100g (GLU, SOJ, SEL), Ser żółty półtusty 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2555.65 kcal; Białko ogółem: 86.22 g; Tłuszcz: 103.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.46 g; Węglowodany ogółem: 345.66 g; suma cukrów prostych: 66.92 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g;		
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek śmietankowy 30g (BIA), Pomidor 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Kiwi 70g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos Bolognese 200g (GLU, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczerek: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Galaretki drobiowa 100g (GLU, SOJ, SEL), Ser żółty półtusty 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2026.61 kcal; Białko ogółem: 81.86 g; Tłuszcz: 98.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.65 g; Węglowodany ogółem: 228.17 g; suma cukrów prostych: 45.95 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Miód 25g 1szt , Dynia mrożona 45g , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos mięsny z jarzynami 200g (GLU, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Brokuł mrożony 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek jogurtowy 30g , Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2286.47 kcal; Białko ogółem: 66.67 g; Tłuszcz: 87.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 326.16 g; suma cukrów prostych: 68.20 g; Błonnik pokarmowy: 18.66 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (GLU, BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Pasztet z blachy drobiowej 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Pomidor 45g , Sałata 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Kiwi 70g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos Bolognese 200g (GLU, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Galaretka drobiowa 100g (GLU, SOJ, SEL), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2513.82 kcal; Białko ogółem: 83.77 g; Tłuszcz: 101.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.17 g; Węglowodany ogółem: 342.52 g; suma cukrów prostych: 63.45 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
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 mrożona 45g , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos mięsny z jarzynami 200g (GLU, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Brokuł mrożony 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek jogurtowy 30g , Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2287.73 kcal; Białko ogółem: 67.11 g; Tłuszcz: 86.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 327.86 g; suma cukrów prostych: 66.38 g; Błonnik pokarmowy: 18.73 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
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 , Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos mięsny z jarzynami 200g (GLU, SEL), Makaron gotowany 150g (GLU, JAJ), Brokuł mrożony 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Galaretka drobiowa 100g (GLU, SOJ, SEL), Ser fromage 40g , Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2528.33 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz: 98.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.87 g; Węglowodany ogółem: 347.95 g; suma cukrów prostych: 74.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.60 g;		
wtorek 2024-03-05		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 45g , Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Zupa z fasolką szparagową 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż z jabłkami 300g , Sos jogurtowy 100g (BIA), 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 , Papyrka czerwona świeża 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1939.19 kcal; Białko ogółem: 64.26 g; Tłuszcz: 52.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.14 g; Węglowodany ogółem: 318.88 g; suma cukrów prostych: 55.47 g; Błonnik pokarmowy: 19.78 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-05		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
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, Roszponka 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa z fasolką szparagową 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż z jabłkami 300g, Sos jogurtowy 100g (BIA), Herbata 200ml, Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 100g,	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, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g,
Wartości odżywcze: Energia : 1787.85 kcal; Białko ogółem: 73.00 g; Tłuszcz: 51.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 273.38 g; suma cukrów prostych: 48.06 g; Błonnik pokarmowy: 18.71 g;		
wtorek 2024-03-05		
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 45g (SEL), Roszponka 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż z jabłkami 300g, Sos jogurtowy 100g (BIA), Herbata 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g, Pasta z brokuła 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1902.12 kcal; Białko ogółem: 66.28 g; Tłuszcz: 52.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 303.85 g; suma cukrów prostych: 56.95 g; Błonnik pokarmowy: 16.90 g;		
wtorek 2024-03-05		
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, Roszponka 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa z fasolką szparagową 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż z jabłkami 300g, Sos jogurtowy 100g (BIA), 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, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1939.19 kcal; Białko ogółem: 64.26 g; Tłuszcz: 52.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.14 g; Węglowodany ogółem: 318.88 g; suma cukrów prostych: 55.47 g; Błonnik pokarmowy: 19.78 g;		
wtorek 2024-03-05		
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 45g (SEL), Roszponka 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż z jabłkami 300g, Sos jogurtowy 100g (BIA), 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 brokuła 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1914.60 kcal; Białko ogółem: 66.40 g; Tłuszcz: 52.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; suma cukrów prostych: 59.01 g; Błonnik pokarmowy: 17.40 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-07 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), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Mandarynka świeża 70g,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Gulasz z indyka z warzywami 200g (GLU, SEL), Kasza gryczana palona na sypko 150g, Surówka z kapusty czerwonej 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Polędwica wiśniowa 30g, Papryka czerwona świeża 45g, Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1617.70 kcal; Białko ogółem: 67.90 g; Tłuszcz: 51.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 238.00 g; suma cukrów prostych: 33.64 g; Błonnik pokarmowy: 20.41 g;		
czwartek 2024-03-07 Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (GLU, JAJ, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Powidła śliwkowe 25g, Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Seler parowany 45g (SEL), Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 350g (GLU, SOJ, SEL), Gulasz z indyka z warzywami 200g (GLU, SEL), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 150g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica wiśniowa 30g, Jajko gotowane 1szt (JAJ), Pasta z dyni 45g (SEL), Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1870.00 kcal; Białko ogółem: 74.21 g; Tłuszcz: 54.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 287.22 g; suma cukrów prostych: 51.18 g; Błonnik pokarmowy: 20.03 g;		
czwartek 2024-03-07 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), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 350g (GLU, SOJ, SEL), Gulasz z indyka z warzywami 200g (GLU, SEL), Kasza gryczana palona na sypko 150g, Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Polędwica wiśniowa 30g, Papryka czerwona świeża 45g, Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1588.40 kcal; Białko ogółem: 71.52 g; Tłuszcz: 45.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 385.55 g; suma cukrów prostych: 43.13 g; Błonnik pokarmowy: 67.54 g;		
piątek 2024-03-08 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: Jablka świeże 80g,	Zupa koperkowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, SEL), 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 makaronowa z majonezem 45g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2177.03 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 69.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 366.80 g; suma cukrów prostych: 61.32 g; Błonnik pokarmowy: 18.65 g;		
piątek 2024-03-08 Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Polędwica Ani 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g, Ogórki zielone 45g, Sałata 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Jablka świeże 80g,	Zupa koperkowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, SEL), 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 makaronowa z majonezem 45g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1657.21 kcal; Białko ogółem: 74.64 g; Tłuszcz: 63.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 212.18 g; suma cukrów prostych: 29.66 g; Błonnik pokarmowy: 17.05 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-08		
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 , Dynia parowana 45g (SEL), Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 80g ,	Zupa koperkowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, SEL), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 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 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2401.27 kcal; Białko ogółem: 89.60 g; Tłuszcz: 75.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 355.07 g; suma cukrów prostych: 70.49 g; Błonnik pokarmowy: 16.74 g;		
piątek 2024-03-08		
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 koperkowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, SEL), 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 makaronowa z majonezem 45g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2135.20 kcal; Białko ogółem: 76.92 g; Tłuszcz: 67.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.74 g; Węglowodany ogółem: 322.66 g; suma cukrów prostych: 45.48 g; Błonnik pokarmowy: 18.20 g;		
piątek 2024-03-08		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g , Miód 25g 1szt , Dynia parowana 45g (SEL), Sałata 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 80g ,	Zupa koperkowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, SEL), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 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 30g (BIA), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2431.27 kcal; Białko ogółem: 89.64 g; Tłuszcz: 80.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 352.94 g; suma cukrów prostych: 68.99 g; Błonnik pokarmowy: 16.54 g;		
piątek 2024-03-08		
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 koperkowa z ryżem 350g (GLU, SOJ, SEL), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 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 30g (BIA), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2256.64 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 63.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 353.23 g; suma cukrów prostych: 66.72 g; Błonnik pokarmowy: 15.68 g;		
sobota 2024-03-09		
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), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (GLU, BIA, 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), Szyńka 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 : 2019.16 kcal; Białko ogółem: 71.24 g; Tłuszcz: 90.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 248.42 g; suma cukrów prostych: 38.77 g; Błonnik pokarmowy: 20.96 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-09		
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 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (GLU, BIA, SEL), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Kefir naturalny 200g 1szt (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 : 1749.04 kcal; Białko ogółem: 62.06 g; Tłuszcz: 76.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 224.34 g; suma cukrów prostych: 19.38 g; Błonnik pokarmowy: 21.55 g;		
sobota 2024-03-09		
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 45g (SEL), Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Potrawka drobiowa z koperkiem 200g (GLU, BIA, 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 pietruszki 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 125g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1964.70 kcal; Białko ogółem: 73.95 g; Tłuszcz: 68.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.34 g; Węglowodany ogółem: 279.53 g; suma cukrów prostych: 64.66 g; Błonnik pokarmowy: 18.43 g;		
sobota 2024-03-09		
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), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200g (GLU, BIA, SEL), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml,	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: Kasza manna na mleku 125g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2057.83 kcal; Białko ogółem: 71.62 g; Tłuszcz: 91.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.53 g; Węglowodany ogółem: 256.67 g; suma cukrów prostych: 46.75 g; Błonnik pokarmowy: 21.08 g;		
sobota 2024-03-09		
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 45g (SEL), Mix sałat 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Potrawka drobiowa z koperkiem 200g (GLU, BIA, 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 pietruszki 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 125g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1812.60 kcal; Białko ogółem: 64.01 g; Tłuszcz: 57.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 275.08 g; suma cukrów prostych: 60.08 g; Błonnik pokarmowy: 18.43 g;		
sobota 2024-03-09		
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 1g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Potrawka drobiowa z koperkiem 200g (GLU, BIA, 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), Rzodkiewka 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kasza manna na mleku 125g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2032.01 kcal; Białko ogółem: 76.71 g; Tłuszcz: 84.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.25 g; Węglowodany ogółem: 255.05 g; suma cukrów prostych: 45.30 g; Błonnik pokarmowy: 16.59 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-10		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g, Szpinak świeży 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka 70g,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka 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 : 2282.30 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 98.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.22 g; Węglowodany ogółem: 262.16 g; suma cukrów prostych: 48.71 g; Błonnik pokarmowy: 20.27 g;		
niedziela 2024-03-10		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g, Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Gruszka 70g,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml, Podwieczerek: Sok warzywny 200g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka czerwona świeża 45g, Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1934.45 kcal; Białko ogółem: 97.66 g; Tłuszcz: 82.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 210.48 g; suma cukrów prostych: 15.66 g; Błonnik pokarmowy: 19.72 g;		
niedziela 2024-03-10		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt, Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł parowany 45g (SEL), Szpinak świeży 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g,	Rosół z makaronem i zieleciną 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), Szynka bartnika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Pasta z białych warzyw 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2761.61 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 101.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 373.32 g; suma cukrów prostych: 125.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.63 g;		
niedziela 2024-03-10		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g, Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Gruszka 70g,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szynka 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 : 2201.81 kcal; Białko ogółem: 102.45 g; Tłuszcz: 95.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 250.75 g; suma cukrów prostych: 37.25 g; Błonnik pokarmowy: 20.14 g;		
niedziela 2024-03-10		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt, Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł parowany 45g (SEL), Szpinak świeży 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g,	Rosół z makaronem i zieleciną 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), Szynka bartnika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA, SEL), Pasta z białych warzyw 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2761.61 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 101.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 373.32 g; suma cukrów prostych: 125.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.63 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-10		
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 , Szpinak świeży 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g ,	Rosół z makaronem i zieleciną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU), Masło extra 12g (BIA), Szyńka 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 : 2355.25 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 103.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.69 g; Węglowodany ogółem: 264.30 g; suma cukrów prostych: 48.57 g; Błonnik pokarmowy: 17.69 g;		