

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-11-21		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JEĆZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Miód 25g 1szt, Ogórki zielone 45g, Mix sałat 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Śliwka 70g,	Sos koperkowy 50ml (BIA, GLU PSZ), Zupa grysikowa z zieleciną 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Sałatka makaronowa z majonezem 30g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Połędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2184.98 kcal; Białko ogółem: 75.75 g; Tłuszcz: 72.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 325.65 g; suma cukrów prostych: 61.20 g; Błonnik pokarmowy: 20.88 g;		
piątek 2025-11-21		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Ogórki zielone 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Pasta jajeczna z zieleciną 30g (JAJ, SEL, GOR), II Śniadanie: Śliwka 70g,	Sos koperkowy 50ml (BIA, GLU PSZ), Zupa grysikowa z zieleciną 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1szt,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Sałatka makaronowa z majonezem 30g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Połędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g,
Wartości odżywcze: Energia : 1879.82 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 72.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 232.83 g; suma cukrów prostych: 61.08 g; Błonnik pokarmowy: 20.32 g;		
piątek 2025-11-21		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JEĆZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Miód 25g 1szt, Seler parowany 45g (SEL), Mix sałat 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Sos koperkowy 50ml (BIA, GLU PSZ), Zupa grysikowa z zieleciną 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2195.51 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 65.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 331.94 g; suma cukrów prostych: 67.53 g; Błonnik pokarmowy: 17.53 g;		
piątek 2025-11-21		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JEĆZ), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Miód 25g 1szt, Ogórki zielone 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Śliwka 70g,	Sos koperkowy 50ml (BIA, GLU PSZ), Zupa grysikowa z zieleciną 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Sałatka makaronowa z majonezem 30g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Połędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2143.15 kcal; Białko ogółem: 73.30 g; Tłuszcz: 70.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 322.50 g; suma cukrów prostych: 57.73 g; Błonnik pokarmowy: 20.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-11-21		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g , Miód 25g 1szt , Seler parowany 45g (SEL), Mix sałat 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Sos koperkowy 50ml (BIA, GLU PSZ), Zupa grysikowa z zieleciną 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Sałatka makaronowa z majonezem 30g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2231.87 kcal; Białko ogółem: 78.21 g; Tłuszcz: 70.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 337.09 g; suma cukrów prostych: 70.00 g; Błonnik pokarmowy: 18.19 g;		
piątek 2025-11-21		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g , Miód 25g 1szt , Ogórki zielone 45g , Mix sałat 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g ,	Sos koperkowy 50ml (BIA, GLU PSZ), Zupa grysikowa z zieleciną 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Pulpet rybny 90g (GLU, JAJ, RYB, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Cukinia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Sałatka makaronowa z majonezem 30g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Polędwica drobiowa miódowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2211.35 kcal; Białko ogółem: 77.77 g; Tłuszcz: 68.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 334.25 g; suma cukrów prostych: 68.31 g; Błonnik pokarmowy: 16.57 g;		
sobota 2025-11-22		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g , Marchew parowana w plastrach 45g , Szpinak świeży 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka 70g ,	Zupa solferino z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Pyzy z mięsem 200g , Surówka z kapusty białej z marchewką 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Bukiet warzyw parowanych 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2037.82 kcal; Białko ogółem: 64.47 g; Tłuszcz: 85.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 273.48 g; suma cukrów prostych: 46.61 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g;		
sobota 2025-11-22		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g , Marchew parowana w plastrach 45g , Kakao 200ml (BIA), Szpinak świeży 5g , II Śniadanie: Gruszka 70g ,	Zupa solferino z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Pyzy z mięsem 200g , Surówka z kapusty białej z marchewką 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Kefir naturalny 200ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Szynka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Bukiet warzyw parowanych 45g , Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1826.68 kcal; Białko ogółem: 59.71 g; Tłuszcz: 73.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 252.06 g; suma cukrów prostych: 38.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-11-22		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g, Marchew parowana 45g, Szpinak świeży 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Pyzy z mięsem 200g, Brokuł parowany 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pietruszki 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1844.50 kcal; Białko ogółem: 58.20 g; Tłuszcz: 66.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.23 g; Węglowodany ogółem: 271.15 g; suma cukrów prostych: 78.06 g; Błonnik pokarmowy: 21.26 g;		
sobota 2025-11-22		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Marchew parowana w plastrach 45g, Kakao 200ml (BIA), Szpinak świeży 5g, II Śniadanie: Gruszka 70g,	Zupa solferino z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Pyzy z mięsem 200g, Surówka z kapusty białej z marchewką 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Bukiet warzyw parowanych 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2037.82 kcal; Białko ogółem: 64.47 g; Tłuszcz: 85.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 273.48 g; suma cukrów prostych: 46.61 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g;		
sobota 2025-11-22		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g, Marchew parowana w plastrach 45g, Szpinak świeży 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Pyzy z mięsem 200g, Brokuł parowany 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pietruszki 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1833.93 kcal; Białko ogółem: 56.66 g; Tłuszcz: 66.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 269.18 g; suma cukrów prostych: 59.26 g; Błonnik pokarmowy: 18.66 g;		
sobota 2025-11-22		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Marchew parowana w plastrach 45g, Szpinak świeży 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Pyzy z mięsem 200g, Brokuł parowany 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Szyńka królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pietruszki 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2015.05 kcal; Białko ogółem: 64.28 g; Tłuszcz: 86.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.78 g; Węglowodany ogółem: 262.84 g; suma cukrów prostych: 50.50 g; Błonnik pokarmowy: 18.86 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-11-23		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Mix sałat 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Pomarańcza 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml ,	Papryka parowana 45g (SEL), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2235.65 kcal; Białko ogółem: 100.90 g; Tłuszcz: 95.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 261.02 g; suma cukrów prostych: 50.98 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g;		
niedziela 2025-11-23		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Mix sałat 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Pomarańcza 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt ,	Papryka parowana 45g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1917.20 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 81.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 212.01 g; suma cukrów prostych: 23.50 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g;		
niedziela 2025-11-23		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 45g (SEL), Mix sałat 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka bartnika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Pasta z selera 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2594.45 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 95.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 355.59 g; suma cukrów prostych: 122.14 g; Błonnik pokarmowy: 21.08 g;		
niedziela 2025-11-23		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Mix sałat 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Pomarańcza 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml ,	Papryka parowana 45g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2155.16 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; Tłuszcz: 93.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 249.62 g; suma cukrów prostych: 39.53 g; Błonnik pokarmowy: 20.62 g;		
niedziela 2025-11-23		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 45g (SEL), Mix sałat 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Bitka drobiowa 90g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka bartnika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Miód 25g 1szt , Roszponka 5g , Herbata 200ml , Pasta z selera 45g (SEL), Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2594.45 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 95.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 355.59 g; suma cukrów prostych: 122.14 g; Błonnik pokarmowy: 21.08 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-11-24		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Serek śmietankowy 30g (BIA), Miód 25g 1szt , Dynia parowana 45g , Szpinak świeży 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Sos jarzynowy z soczewicą 200g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JEĆZ), Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Zupa krem warzywna wzmocniona 350g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml , Jogurt naturalny 150g 1szt , Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2228.58 kcal; Białko ogółem: 79.57 g; Tłuszcz: 72.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 343.49 g; suma cukrów prostych: 65.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.58 g;		
poniedziałek 2025-11-24		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z ryżem 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Paszтет 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 ziemniaczana z majerankiem 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Sos jarzynowy z ciecierzycą 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JEĆZ), Cukinia parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta warzywna 45g (SEL), Mix sałat 5g , Herbata 200ml , Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2399.91 kcal; Białko ogółem: 75.74 g; Tłuszcz: 72.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 381.60 g; suma cukrów prostych: 57.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.46 g;		
wtorek 2025-11-25		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szyńska konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Bukiet warzyw parowanych 45g , Roszponka 5g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Gruszka 70g ,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowym 200g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Surówka z marchewki 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szyńska prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Papryka parowana 45g (SEL), Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1937.83 kcal; Białko ogółem: 74.02 g; Tłuszcz: 62.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 289.64 g; suma cukrów prostych: 41.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g;		
wtorek 2025-11-25		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szyńska konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (JAJ, SEL, GOR), Bukiet warzyw parowanych 45g , Roszponka 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Gruszka 70g ,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowym 200g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Surówka z marchewki 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 100g ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szyńska prasowana z indykiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ser fromage 40g , Papryka parowana 45g (SEL), Rukola 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1750.94 kcal; Białko ogółem: 81.01 g; Tłuszcz: 63.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 225.19 g; suma cukrów prostych: 18.59 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-11-26		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopočka 30g (SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt, Ogórki zielone 45g, Szpinak świeży 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa kalafiorowa z ryżem 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kotlet schabowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2112.94 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz: 66.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.40 g; Węglowodany ogółem: 310.71 g; suma cukrów prostych: 83.04 g; Błonnik pokarmowy: 21.32 g;		
środa 2025-11-26		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Bulion warzywny 350g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopočka 30g (SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ), Serek jogurtowy 30g (BIA), Ogórki zielone 45g, Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa kalafiorowa z ryżem 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kotlet schabowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 1szt (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 14g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Ser homogenizowany 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1746.39 kcal; Białko ogółem: 84.85 g; Tłuszcz: 59.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.29 g; Węglowodany ogółem: 237.08 g; suma cukrów prostych: 40.33 g; Błonnik pokarmowy: 21.92 g;		
środa 2025-11-26		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna 60g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopočka 30g (SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt, Brokuł parowany 45g, Szpinak świeży 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa szpinakowa z ryżem 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g, Ziemniaki puree 150g (BIA), Seler parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pietruszki 45g (SEL), Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1728.89 kcal; Białko ogółem: 61.23 g; Tłuszcz: 47.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 280.00 g; suma cukrów prostych: 81.04 g; Błonnik pokarmowy: 19.47 g;		
środa 2025-11-26		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g (BIA, GLU OWI), Chleb ziarnisty 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Polędwica sopočka 30g (SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt, Ogórki zielone 45g, Szpinak świeży 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa kalafiorowa z ryżem 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kotlet schabowy 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z marchewki 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Rolada z kurczakiem 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2022.58 kcal; Białko ogółem: 83.58 g; Tłuszcz: 65.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 290.99 g; suma cukrów prostych: 82.64 g; Błonnik pokarmowy: 20.14 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-11-27 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (JAJ, BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g, Marchew parowana w plastrach 45g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Zupa selerowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos mięsny z jarzynami 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Cukinia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Serek jogurtowy 30g (BIA), Pasta warzywna 45g (SEL), Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1721.36 kcal; Białko ogółem: 59.31 g; Tłuszcz: 69.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 229.66 g; suma cukrów prostych: 53.10 g; Błonnik pokarmowy: 16.75 g;		
czwartek 2025-11-27 Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (JAJ, BIA, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Paprykarz 30g, II Śniadanie: Jabłka świeże 70g,	Zupa selerowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos meksykański z wieprzowiną 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Kielbasa żywiecka 30g, Bukiet warzyw parowanych 60g, Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1678.61 kcal; Białko ogółem: 63.42 g; Tłuszcz: 64.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 231.05 g; suma cukrów prostych: 37.75 g; Błonnik pokarmowy: 22.25 g;		
czwartek 2025-11-27 Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (JAJ, BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Powidła śliwkowe 25g, Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana w plastrach 45g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Zupa selerowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos mięsny z jarzynami 200g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Cukinia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Zupa krem z dyni wzmocniona 350g (JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Jogurt naturalny 150g 1szt, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2003.02 kcal; Białko ogółem: 75.69 g; Tłuszcz: 77.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 268.25 g; suma cukrów prostych: 61.36 g; Błonnik pokarmowy: 19.77 g;		
czwartek 2025-11-27 Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 350g (JAJ, BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Szynka złocista 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 45g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko pieczone 70g,	Zupa selerowa z ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Sos mięsny z jarzynami 200g (SEL, GLU PSZ), Cukinia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Szynka konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Bukiet warzyw parowanych 60g, Szpinak świeży 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 200g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1654.19 kcal; Białko ogółem: 66.20 g; Tłuszcz: 63.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 221.88 g; suma cukrów prostych: 42.27 g; Błonnik pokarmowy: 19.45 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-11-28		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Miód 25g 1szt, Ogórki zielone 45g, Mix sałat 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Śliwka 70g,	Zupa pomidorowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Sałatka po żydowsku z majonezem 30g (JAJ, SEL, GOR), Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2189.95 kcal; Białko ogółem: 74.35 g; Tłuszcz: 63.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 347.91 g; suma cukrów prostych: 65.39 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g;		
piątek 2025-11-28		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Ogórki zielone 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, Pasta jajeczna z zieleciną 45g (JAJ, SEL, GOR), II Śniadanie: Śliwka 70g,	Zupa pomidorowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1szt,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Sałatka po żydowsku z majonezem 30g (JAJ, SEL, GOR), Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g,
Wartości odżywcze: Energia : 1900.67 kcal; Białko ogółem: 96.58 g; Tłuszcz: 72.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 231.66 g; suma cukrów prostych: 65.60 g; Błonnik pokarmowy: 19.43 g;		
piątek 2025-11-28		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Miód 25g 1szt, Seler parowany 45g (SEL), Mix sałat 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa koperkowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2325.67 kcal; Białko ogółem: 84.17 g; Tłuszcz: 77.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 337.61 g; suma cukrów prostych: 69.96 g; Błonnik pokarmowy: 17.75 g;		
piątek 2025-11-28		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (BIA, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Miód 25g 1szt, Ogórki zielone 45g, Mix sałat 5g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Śliwka 70g,	Zupa pomidorowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Sałatka po żydowsku z majonezem 30g (JAJ, SEL, GOR), Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2148.12 kcal; Białko ogółem: 71.91 g; Tłuszcz: 61.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 344.76 g; suma cukrów prostych: 61.92 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g;		
piątek 2025-11-28		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Miód 25g 1szt, Seler parowany 45g (SEL), Mix sałat 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa koperkowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny na parze 90g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2325.67 kcal; Białko ogółem: 84.17 g; Tłuszcz: 77.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 337.61 g; suma cukrów prostych: 69.96 g; Błonnik pokarmowy: 17.75 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-11-28		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Ser fromage 40g, Miód 25g 1szt, Ogórki zielone 45g, Mix салат 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Banan 70g,	Zupa koperkowa z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 90g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Sałatka po żydowsku z majonezem 30g (JAJ, SEL, GOR), Szyńska drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 45g (SEL), Roszponka 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2176.57 kcal; Białko ogółem: 72.83 g; Tłuszcz: 62.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 343.31 g; suma cukrów prostych: 68.55 g; Błonnik pokarmowy: 16.73 g;		
sobota 2025-11-29		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JEŃCZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Marchew parowana w plastrach 45g, Szpinak świeży 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka 70g,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos brokułowy 200ml (BIA, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g, Surówka z marchewki i selera 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Szyńska królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Bukiet warzyw parowanych 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1890.74 kcal; Białko ogółem: 64.84 g; Tłuszcz: 67.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.08 g; Węglowodany ogółem: 273.26 g; suma cukrów prostych: 47.50 g; Błonnik pokarmowy: 21.85 g;		
sobota 2025-11-29		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Marchew parowana w plastrach 45g, Herbata 200ml, Szpinak świeży 5g, II Śniadanie: Gruszka 70g,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos brokułowy 200ml (BIA, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g, Surówka z marchewki i selera 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml, Podwieczerek: Kefir naturalny 200ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Szyńska królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Bukiet warzyw parowanych 45g, Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1599.12 kcal; Białko ogółem: 57.26 g; Tłuszcz: 52.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 240.43 g; suma cukrów prostych: 28.01 g; Błonnik pokarmowy: 21.72 g;		
sobota 2025-11-29		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JEŃCZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szyńska konserwowa z kurczaka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Powidła śliwkowe 25g, Marchew parowana 45g, Szpinak świeży 5g, Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Gruszka pieczona 70g,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 350g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos brokułowy 200ml (BIA, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g, Cukinia parowana 100g, Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Twarożek 30g (BIA), Szyńska królewska z indyka 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pietruszki 45g (SEL), Rukola 5g, Herbata 200ml, Posiłek nocny: Deser mleczny 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1770.55 kcal; Białko ogółem: 61.04 g; Tłuszcz: 51.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 279.87 g; suma cukrów prostych: 76.98 g; Błonnik pokarmowy: 19.01 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-11-30		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Mix sałat 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Pomarańcza 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Fasolka szparagowa z bułką tartą 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczerek: Jogurt naturalny 1szt ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka parowana 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1934.62 kcal; Białko ogółem: 110.29 g; Tłuszcz: 75.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 213.03 g; suma cukrów prostych: 20.63 g; Błonnik pokarmowy: 19.40 g;		
niedziela 2025-11-30		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 45g (SEL), Mix sałat 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka gotowane 180g , Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka bartnika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA), Pasta z selera 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2326.48 kcal; Białko ogółem: 114.17 g; Tłuszcz: 91.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 277.66 g; suma cukrów prostych: 121.44 g; Błonnik pokarmowy: 20.28 g;		
niedziela 2025-11-30		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Mix sałat 5g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Pomarańcza 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Fasolka szparagowa z bułką tartą 100g (GLU, BIA), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka parowana 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2172.58 kcal; Białko ogółem: 113.36 g; Tłuszcz: 87.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.60 g; Węglowodany ogółem: 250.63 g; suma cukrów prostych: 36.66 g; Błonnik pokarmowy: 20.87 g;		
niedziela 2025-11-30		
Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Szynka drobiowa familijna 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Włoszczyzna mrożona 45g (SEL), Mix sałat 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka bartnika drobiowa 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 30g (BIA), Pasta z selera 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2328.67 kcal; Białko ogółem: 114.21 g; Tłuszcz: 91.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 278.22 g; suma cukrów prostych: 121.56 g; Błonnik pokarmowy: 20.38 g;		
niedziela 2025-11-30		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g (BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJ), Pieczeń rzymska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 45g , Mix sałat 5g , Kakao 200ml (BIA), II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 180g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew parowana 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Masło extra 12g (BIA), Szynka hetmańska 30g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z tuńczyka 30g (BIA, SEL, GOR), Papryka parowana 45g (SEL), Roszponka 5g , Herbata 200ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2241.05 kcal; Białko ogółem: 117.14 g; Tłuszcz: 94.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 244.91 g; suma cukrów prostych: 88.55 g; Błonnik pokarmowy: 18.25 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

Dietetyk

.....