



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-03-21</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Ogórki zielone 50g , Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 200ml , Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ),	Marchew parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Sos szpinakowy z kurczakiem 200g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Zupa selerowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ),	Pomidor 50g , Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Pasta z brokuła 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1446.56 kcal; Białko ogółem: 44.69 g; Tłuszcz: 66.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 190.40 g; suma cukrów prostych: 51.79 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g;		
<b>niedziela 2026-03-22</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Jogurt owocowy 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Cukinia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet schabowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Salceson 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1928.44 kcal; Białko ogółem: 80.08 g; Tłuszcz: 91.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 213.06 g; suma cukrów prostych: 30.88 g; Błonnik pokarmowy: 17.65 g;		
<b>niedziela 2026-03-22</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
jogurt owocowy 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa z majerankiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Cukinia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet wieprzowy parowany 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Dynia parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka konserwowa z kurczaka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pasta z selera 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1830.41 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 77.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 214.15 g; suma cukrów prostych: 26.13 g; Błonnik pokarmowy: 16.54 g;		
<b>niedziela 2026-03-22</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszane 50g , Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet schabowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczerek:</b> Sok warzywny 200g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Salceson 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1898.25 kcal; Białko ogółem: 78.24 g; Tłuszcz: 89.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 210.96 g; suma cukrów prostych: 27.53 g; Błonnik pokarmowy: 17.64 g;		
<b>niedziela 2026-03-22</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.</b>		
Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Ogórki kiszane 50g , Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet schabowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Salceson 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1889.85 kcal; Białko ogółem: 77.76 g; Tłuszcz: 89.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.97 g; Węglowodany ogółem: 208.98 g; suma cukrów prostych: 27.46 g; Błonnik pokarmowy: 16.98 g;		
<b>niedziela 2026-03-22</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
jogurt owocowy 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Cukinia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet schabowy 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Salceson 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1928.44 kcal; Białko ogółem: 80.08 g; Tłuszcz: 91.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 213.06 g; suma cukrów prostych: 30.88 g; Błonnik pokarmowy: 17.65 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-03-23</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet z blachy drobiowej 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Warzywa po chińsku 100g ( <b>SOJ, SEL</b> ), Ryż biały na sytko 150g , Banan 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica Ani 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2047.02 kcal; Białko ogółem: 58.14 g; Tłuszcz: 81.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.91 g; Węglowodany ogółem: 287.17 g; suma cukrów prostych: 48.93 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g;		
<b>poniedziałek 2026-03-23</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), Dynia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Warzywa po chińsku 100g ( <b>SOJ, SEL</b> ), Ryż biały na sytko 150g , Banan 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Zupa krem z brokuła 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1984.41 kcal; Białko ogółem: 54.11 g; Tłuszcz: 73.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 296.78 g; suma cukrów prostych: 52.83 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g;		
<b>poniedziałek 2026-03-23</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet z blachy drobiowej 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Warzywa po chińsku 100g ( <b>SOJ, SEL</b> ), Ryż biały na sytko 150g , Banan 100g , Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica Ani 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1710.76 kcal; Białko ogółem: 45.68 g; Tłuszcz: 72.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 235.42 g; suma cukrów prostych: 22.10 g; Błonnik pokarmowy: 19.74 g;		
<b>wtorek 2026-03-24</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z ryżem 350g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka drobiowa 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2049.87 kcal; Białko ogółem: 81.52 g; Tłuszcz: 91.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 244.06 g; suma cukrów prostych: 39.02 g; Błonnik pokarmowy: 19.61 g;		
<b>wtorek 2026-03-24</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z ryżem 350g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 50g ( <b>BIA</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka drobiowa 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2097.47 kcal; Białko ogółem: 82.92 g; Tłuszcz: 96.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.81 g; Węglowodany ogółem: 240.87 g; suma cukrów prostych: 61.65 g; Błonnik pokarmowy: 19.11 g;		
<b>wtorek 2026-03-24</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka drobiowa 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczerek:</b> Surówka z marchewki 200g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1829.77 kcal; Białko ogółem: 71.58 g; Tłuszcz: 87.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.45 g; Węglowodany ogółem: 213.18 g; suma cukrów prostych: 19.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.52 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-03-24</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka drobiowa 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1772.20 kcal; Białko ogółem: 69.74 g; Tłuszcz: 86.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 195.28 g; suma cukrów prostych: 13.45 g; Błonnik pokarmowy: 17.96 g;		
<b>wtorek 2026-03-24</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z ryżem 350g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka drobiowa 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2049.87 kcal; Białko ogółem: 81.52 g; Tłuszcz: 91.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 244.06 g; suma cukrów prostych: 39.02 g; Błonnik pokarmowy: 19.61 g;		
<b>wtorek 2026-03-24</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z ryżem 350g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 50g ( <b>BIA</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka drobiowa 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Zupa krem z białych warzyw 450g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2265.01 kcal; Białko ogółem: 81.40 g; Tłuszcz: 90.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 303.82 g; suma cukrów prostych: 45.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g;		
<b>wtorek 2026-03-24</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka drobiowa 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1733.91 kcal; Białko ogółem: 69.68 g; Tłuszcz: 82.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 196.62 g; suma cukrów prostych: 13.89 g; Błonnik pokarmowy: 18.85 g;		
<b>środa 2026-03-25</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka prasowana z indykiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Placki ziemniaczane 4szt. 250g , Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1778.57 kcal; Białko ogółem: 58.13 g; Tłuszcz: 77.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.88 g; Węglowodany ogółem: 230.12 g; suma cukrów prostych: 51.03 g; Błonnik pokarmowy: 18.73 g;		
<b>środa 2026-03-25</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka prasowana z indykiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Cukinia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Pierogi ukraińskie 200g , Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Pasta z selera 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1746.95 kcal; Białko ogółem: 61.85 g; Tłuszcz: 72.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.14 g; Węglowodany ogółem: 226.21 g; suma cukrów prostych: 48.87 g; Błonnik pokarmowy: 15.37 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-03-25</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka prasowana z indykami 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g, Herbata 250ml,	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Placki ziemniaczane 4szt. 250g, Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Sok warzywny 1szt ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 30g ( <b>BIA</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1487.71 kcal; Białko ogółem: 42.18 g; Tłuszcz: 69.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 188.80 g; suma cukrów prostych: 23.38 g; Błonnik pokarmowy: 16.81 g;		
<b>środa 2026-03-25</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka prasowana z indykami 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g, Herbata 250ml,	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Placki ziemniaczane 4szt. 250g, Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 30g ( <b>BIA</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1480.15 kcal; Białko ogółem: 41.75 g; Tłuszcz: 69.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 187.02 g; suma cukrów prostych: 23.32 g; Błonnik pokarmowy: 16.21 g;		
<b>środa 2026-03-25</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka prasowana z indykami 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Pierogi ukraińskie 200g, Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1635.07 kcal; Białko ogółem: 60.15 g; Tłuszcz: 62.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 224.36 g; suma cukrów prostych: 49.79 g; Błonnik pokarmowy: 17.07 g;		
<b>środa 2026-03-25</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka prasowana z indykami 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Cukinia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml,	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Pierogi ukraińskie 200g, Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Zupa krem z białych warzyw 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1803.58 kcal; Białko ogółem: 56.93 g; Tłuszcz: 63.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 268.84 g; suma cukrów prostych: 47.25 g; Błonnik pokarmowy: 20.60 g;		
<b>środa 2026-03-25</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka prasowana z indykami 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g, Herbata 200ml,	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Placki ziemniaczane 4szt. 250g, Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml, Pasztet delikatesowy extra 50g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1424.30 kcal; Białko ogółem: 34.35 g; Tłuszcz: 71.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 177.92 g; suma cukrów prostych: 16.39 g; Błonnik pokarmowy: 16.57 g;		
<b>czwartek 2026-03-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Marmolada owocowa 50g, Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Marchew parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafior parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2210.40 kcal; Białko ogółem: 67.99 g; Tłuszcz: 90.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.10 g; Węglowodany ogółem: 303.43 g; suma cukrów prostych: 111.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-03-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Marchew parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta warzywna 50g ( <b>SEL</b> ), Szyunka konserwowa z kurczaka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2359.85 kcal; Białko ogółem: 75.67 g; Tłuszcz: 92.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.85 g; Węglowodany ogółem: 334.89 g; suma cukrów prostych: 115.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.20 g;		
<b>czwartek 2026-03-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g ( <b>RYB, SOJ, SEL</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Surówka z marchewki 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczerek:</b> Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafior parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1744.59 kcal; Białko ogółem: 56.03 g; Tłuszcz: 79.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 222.61 g; suma cukrów prostych: 15.99 g; Błonnik pokarmowy: 22.40 g;		
<b>czwartek 2026-03-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g ( <b>RYB, SOJ, SEL</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafior parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1715.81 kcal; Białko ogółem: 55.11 g; Tłuszcz: 79.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 213.67 g; suma cukrów prostych: 12.95 g; Błonnik pokarmowy: 19.12 g;		
<b>czwartek 2026-03-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Marchew parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafior parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2210.40 kcal; Białko ogółem: 67.99 g; Tłuszcz: 90.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.10 g; Węglowodany ogółem: 303.43 g; suma cukrów prostych: 111.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g;		
<b>czwartek 2026-03-26</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Marchew parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Zupa krem jarzynowy 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2445.74 kcal; Białko ogółem: 73.50 g; Tłuszcz: 86.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.36 g; Węglowodany ogółem: 374.46 g; suma cukrów prostych: 117.71 g; Błonnik pokarmowy: 36.58 g;		
<b>czwartek 2026-03-26</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Marmolada owocowa 50g , Brzoskwinia w puszcze z syropem 50g , Herbata 200ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Marchew parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafior parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1850.15 kcal; Białko ogółem: 58.21 g; Tłuszcz: 73.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.20 g; Węglowodany ogółem: 261.20 g; suma cukrów prostych: 82.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-03-27</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Jabłko pieczone 70g , Herbata 200ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 70g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka konserwowa 50g , Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1745.01 kcal; Białko ogółem: 54.60 g; Tłuszcz: 65.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.42 g; Węglowodany ogółem: 252.29 g; suma cukrów prostych: 68.51 g; Błonnik pokarmowy: 21.76 g;		
<b>piątek 2026-03-27</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Jabłko pieczone 70g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 70g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka konserwowa 50g , Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1864.23 kcal; Białko ogółem: 58.84 g; Tłuszcz: 73.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 258.68 g; suma cukrów prostych: 73.78 g; Błonnik pokarmowy: 19.06 g;		
<b>piątek 2026-03-27</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Jabłka świeże 70g , Herbata 200ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 70g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczerek:</b> Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka konserwowa 50g , Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1583.01 kcal; Białko ogółem: 47.27 g; Tłuszcz: 69.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 210.71 g; suma cukrów prostych: 50.91 g; Błonnik pokarmowy: 19.80 g;		
<b>piątek 2026-03-27</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Jabłka świeże 70g , Herbata 200ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 70g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka konserwowa 50g , Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1529.01 kcal; Białko ogółem: 43.40 g; Tłuszcz: 67.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.98 g; Węglowodany ogółem: 205.13 g; suma cukrów prostych: 45.31 g; Błonnik pokarmowy: 19.80 g;		
<b>piątek 2026-03-27</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Jabłko pieczone 70g , Herbata 200ml ,	Zupa grysikowa z zieleciną 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 70g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka konserwowa 50g , Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1753.79 kcal; Białko ogółem: 54.70 g; Tłuszcz: 65.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 254.91 g; suma cukrów prostych: 68.39 g; Błonnik pokarmowy: 21.85 g;		
<b>piątek 2026-03-27</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Jabłko pieczone 70g , Herbata 200ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny z łososia 70g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Zupa krem z marchewki wzmocniona 350g ( <b>JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1923.69 kcal; Białko ogółem: 63.66 g; Tłuszcz: 78.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.13 g; Węglowodany ogółem: 260.84 g; suma cukrów prostych: 109.89 g; Błonnik pokarmowy: 24.64 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-03-27</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Jabłko pieczone 70g, Herbata 200ml,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Pulpet rybny z łososia 70g ( <b>GLU, JAJ, GLU PSZ</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka konserwowa 50g, Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1437.33 kcal; Białko ogółem: 42.27 g; Tłuszcz: 57.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 205.04 g; suma cukrów prostych: 45.11 g; Błonnik pokarmowy: 20.54 g;		
<b>sobota 2026-03-28</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ogórki zielone 50g, Kakao 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos Bolognese 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany 150g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Pasta z brokuła i marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2135.97 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz: 111.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.00 g; Węglowodany ogółem: 229.84 g; suma cukrów prostych: 82.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.65 g;		
<b>sobota 2026-03-28</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kakao 200ml ( <b>BIA</b> ), Szyunka konserwowa 50g, Cukinia parowana 50g ( <b>SEL</b> ),	Zupa marchewkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos mięsny z jarzynami 200g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany 150g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z brokuła i marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2087.00 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 100.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.59 g; Węglowodany ogółem: 240.15 g; suma cukrów prostych: 83.19 g; Błonnik pokarmowy: 18.44 g;		
<b>sobota 2026-03-28</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ogórki zielone 50g, Herbata 200ml,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 200ml, Sos Bolognese 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Makaron gotowany 150g ( <b>GLU, JAJ</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Kefir naturalny 200ml ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Pasta z brokuła i marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1866.21 kcal; Białko ogółem: 65.94 g; Tłuszcz: 103.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.32 g; Węglowodany ogółem: 185.64 g; suma cukrów prostych: 57.70 g; Błonnik pokarmowy: 19.35 g;		
<b>sobota 2026-03-28</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ogórki zielone 50g, Herbata 200ml,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos Bolognese 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany 150g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z brokuła i marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1758.62 kcal; Białko ogółem: 59.72 g; Tłuszcz: 98.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.91 g; Węglowodany ogółem: 176.26 g; suma cukrów prostych: 49.19 g; Błonnik pokarmowy: 19.33 g;		
<b>sobota 2026-03-28</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kakao 200ml ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ogórki zielone 50g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany 150g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sos mięsny z jarzynami 200g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Pasta z brokuła i marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2087.16 kcal; Białko ogółem: 68.19 g; Tłuszcz: 110.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.26 g; Węglowodany ogółem: 224.25 g; suma cukrów prostych: 81.06 g; Błonnik pokarmowy: 20.63 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: M CZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-03-28</b>		
<b>Dieta: M CZ DIETA P APKOWATA</b>		
Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Kakao 200ml ( <b>BIA</b> ), Szynka konserwowa 50g , Cukinia parowana 50g ( <b>SEL</b> ),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos mięsny z jarzynami 200g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany 150g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Zupa krem z brokuła 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml , Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1979.44 kcal; Białko ogółem: 65.18 g; Tłuszcz: 97.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.73 g; Węglowodany ogółem: 229.48 g; suma cukrów prostych: 68.26 g; Błonnik pokarmowy: 19.51 g;		
<b>sobota 2026-03-28</b>		
<b>Dieta: M CZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany 150g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sos Bolognese 200g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z brokuła i marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml , Szynka konserwowa 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1790.79 kcal; Białko ogółem: 57.65 g; Tłuszcz: 104.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.03 g; Węglowodany ogółem: 174.67 g; suma cukrów prostych: 47.76 g; Błonnik pokarmowy: 19.26 g;		
<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Dieta: M CZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
jogurt owocowy 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Cukinia parowana 30g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleciną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sałatka z buraczków 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Salceson 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1973.65 kcal; Białko ogółem: 92.07 g; Tłuszcz: 93.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 207.06 g; suma cukrów prostych: 31.13 g; Błonnik pokarmowy: 17.24 g;		
<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Dieta: M CZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
jogurt owocowy 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica drobiowa z majerankiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Cukinia parowana 30g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleciną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Dynia parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka konserwowa z kurczaka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pasta z selera 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1905.26 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 84.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 207.75 g; suma cukrów prostych: 26.35 g; Błonnik pokarmowy: 15.88 g;		
<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Dieta: M CZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Ogórki kiszzone 50g , Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleciną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sałatka z buraczków 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Sok warzywny 200g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Salceson 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1946.49 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 92.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 205.62 g; suma cukrów prostych: 27.92 g; Błonnik pokarmowy: 17.43 g;		
<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Dieta: M CZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.</b>		
Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Ogórki kiszzone 50g , Herbata 200ml ,	Rosół z makaronem i zieleciną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sałatka z buraczków 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Salceson 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1938.09 kcal; Białko ogółem: 89.96 g; Tłuszcz: 91.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.49 g; Węglowodany ogółem: 203.64 g; suma cukrów prostych: 27.86 g; Błonnik pokarmowy: 16.77 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
jogurt owocowy 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Brokuł parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sałatka z buraczków 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Salceson 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1982.08 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 93.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 208.62 g; suma cukrów prostych: 31.17 g; Błonnik pokarmowy: 18.11 g;		
<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAKOWATA</b>		
jogurt owocowy 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa z majerankiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Dynia parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Zupa krem jarzynowy 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1952.99 kcal; Białko ogółem: 90.92 g; Tłuszcz: 76.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.05 g; Węglowodany ogółem: 244.51 g; suma cukrów prostych: 28.49 g; Błonnik pokarmowy: 20.41 g;		
<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa z majerankiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Cukinia parowana 30g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 90g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Dynia parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka konserwowa z kurczaka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pasta z selera 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1732.40 kcal; Białko ogółem: 85.13 g; Tłuszcz: 76.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 194.07 g; suma cukrów prostych: 13.78 g; Błonnik pokarmowy: 18.31 g;		
<b>poniedziałek 2026-03-30</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet z blachy drobiowy 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa z fasolką szparagową i ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Filet rybny panierowany 90g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos grecki 100g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa z pietruszką 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1875.17 kcal; Białko ogółem: 73.46 g; Tłuszcz: 69.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 256.94 g; suma cukrów prostych: 39.74 g; Błonnik pokarmowy: 20.17 g;		
<b>poniedziałek 2026-03-30</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), Dynia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa z fasolką szparagową i ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Filet rybny na parze 90g ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 12g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa z pietruszką 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pasta z brokuła i marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1951.65 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz: 74.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.65 g; Węglowodany ogółem: 255.27 g; suma cukrów prostych: 57.01 g; Błonnik pokarmowy: 20.29 g;		
<b>poniedziałek 2026-03-30</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet z blachy drobiowy 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa z fasolką szparagową i ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Filet rybny panierowany 90g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos grecki 100g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczerek:</b> Maślanka naturalna 200ml ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 12g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa z pietruszką 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1550.25 kcal; Białko ogółem: 66.95 g; Tłuszcz: 55.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 213.09 g; suma cukrów prostych: 22.25 g; Błonnik pokarmowy: 18.26 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-03-31</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Sos koperkowy 100ml ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka z marchewki i selera 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1969.18 kcal; Białko ogółem: 69.69 g; Tłuszcz: 86.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 251.00 g; suma cukrów prostych: 14.40 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g;		
<b>wtorek 2026-03-31</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.</b>		
Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Sos koperkowy 100ml ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka z marchewki i selera 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1898.55 kcal; Białko ogółem: 68.23 g; Tłuszcz: 81.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.92 g; Węglowodany ogółem: 243.22 g; suma cukrów prostych: 13.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.55 g;		
<b>wtorek 2026-03-31</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z ryżem 350g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Sos koperkowy 100ml ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka z marchewki i selera 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1963.01 kcal; Białko ogółem: 73.54 g; Tłuszcz: 87.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.67 g; Węglowodany ogółem: 240.82 g; suma cukrów prostych: 37.99 g; Błonnik pokarmowy: 20.81 g;		
<b>wtorek 2026-03-31</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z ryżem 350g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 50g ( <b>BIA</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Sos koperkowy 100ml ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Marchew parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Zupa krem z białych warzyw 450g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2441.78 kcal; Białko ogółem: 83.07 g; Tłuszcz: 91.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.90 g; Węglowodany ogółem: 347.97 g; suma cukrów prostych: 85.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.23 g;		
<b>wtorek 2026-03-31</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Sos koperkowy 100ml ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka z marchewki i selera 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1688.87 kcal; Białko ogółem: 64.14 g; Tłuszcz: 80.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 196.53 g; suma cukrów prostych: 16.33 g; Błonnik pokarmowy: 20.05 g;		