





## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-06-05</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g ( <b>BIA, GLU PSZ</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 koperkowa z ryżem 400g ( <b>SEL</b> ), Pulpet rybny z łososia 90g ( <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 400g ( <b>JAJ, BIA, SEL</b> ), Herbata 200ml , Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2244.86 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 101.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.15 g; Węglowodany ogółem: 263.08 g; suma cukrów prostych: 127.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.00 g;		
<b>piątek 2026-06-05</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 350g ( <b>BIA, GLU PSZ</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 koperkowa z ryżem 400g ( <b>SEL</b> ), Pulpet rybny z łososia 90g ( <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 z kurczaka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1882.85 kcal; Białko ogółem: 75.14 g; Tłuszcz: 75.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.39 g; Węglowodany ogółem: 244.09 g; suma cukrów prostych: 67.82 g; Błonnik pokarmowy: 20.86 g;		
<b>sobota 2026-06-06</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350g ( <b>BIA, GLU PSZ, GLU ŻYT</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 z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż z jabłkami 300g , Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</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> ), Bukiet warzyw parowanych 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2077.88 kcal; Białko ogółem: 62.28 g; Tłuszcz: 73.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 439.55 g; suma cukrów prostych: 67.65 g; Błonnik pokarmowy: 42.80 g;		
<b>sobota 2026-06-06</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA 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> ), Szyunka konserwowa z kurczaka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kakao 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż z jabłkami 300g , Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Pasta z pietruszki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2008.47 kcal; Białko ogółem: 65.86 g; Tłuszcz: 61.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 316.00 g; suma cukrów prostych: 67.42 g; Błonnik pokarmowy: 20.76 g;		
<b>sobota 2026-06-06</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 z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż z jabłkami 300g , Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Kefir naturalny 200g 1szt ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Bukiet warzyw parowanych 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1744.26 kcal; Białko ogółem: 52.19 g; Tłuszcz: 65.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 383.36 g; suma cukrów prostych: 32.84 g; Błonnik pokarmowy: 40.85 g;		
<b>sobota 2026-06-06</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 z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż z jabłkami 300g , Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Bukiet warzyw parowanych 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1702.95 kcal; Białko ogółem: 49.44 g; Tłuszcz: 63.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 379.55 g; suma cukrów prostych: 32.84 g; Błonnik pokarmowy: 40.85 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-06-06</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> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ogórki zielone 50g, Kakao 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż z jabłkami 300g, Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</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> ), Bukiet warzyw parowanych 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2077.88 kcal; Białko ogółem: 62.28 g; Tłuszcz: 73.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 439.55 g; suma cukrów prostych: 67.65 g; Błonnik pokarmowy: 42.80 g;		
<b>sobota 2026-06-06</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> ), Szyunka konserwowa z kurczaka 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kakao 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż z jabłkami 300g, Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Zupa krem z białych warzyw 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2201.57 kcal; Białko ogółem: 66.76 g; Tłuszcz: 62.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 365.48 g; suma cukrów prostych: 73.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.89 g;		
<b>sobota 2026-06-06</b>		
<b>Dieta: MCZ 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 z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż z jabłkami 300g, 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> ), Bukiet warzyw parowanych 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1624.33 kcal; Białko ogółem: 44.31 g; Tłuszcz: 61.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 370.14 g; suma cukrów prostych: 23.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.78 g;		
<b>niedziela 2026-06-07</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> ), Ogórki kiszzone 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SEL</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> ), Mielonka 50g, Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1864.87 kcal; Białko ogółem: 78.84 g; Tłuszcz: 83.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.69 g; Węglowodany ogółem: 629.74 g; suma cukrów prostych: 300.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g;		
<b>niedziela 2026-06-07</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> ), Brokuł parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Kotlet wieprzowy parowany 90g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Marchew parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka 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 : 1826.69 kcal; Białko ogółem: 87.59 g; Tłuszcz: 78.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.57 g; Węglowodany ogółem: 317.38 g; suma cukrów prostych: 85.06 g; Błonnik pokarmowy: 19.66 g;		
<b>niedziela 2026-06-07</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> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Ogórki kiszzone 50g, Herbata 200ml,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SEL</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>Podwieczorek:</b> Sok warzywny 200g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Mielonka 50g, Marchew tarta 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1831.38 kcal; Białko ogółem: 77.41 g; Tłuszcz: 81.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 626.76 g; suma cukrów prostych: 295.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-06-08</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowy 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g, Herbata 200ml,	Zupa grysikowa z zieleciną 400g ( <b>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>Podwieczorek:</b> Maślanka naturalna 200ml ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Rolada z kurczakiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g, Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1556.31 kcal; Białko ogółem: 66.06 g; Tłuszcz: 57.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.70 g; Węglowodany ogółem: 1984.29 g; suma cukrów prostych: 1101.37 g; Błonnik pokarmowy: 196.12 g;		
<b>poniedziałek 2026-06-08</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> ), Paszтет z blachy drobiowy 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g, Herbata 200ml,	Zupa grysikowa z zieleciną 400g ( <b>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 ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Rolada z kurczakiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g, Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1489.71 kcal; Białko ogółem: 59.94 g; Tłuszcz: 56.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 1138.29 g; suma cukrów prostych: 161.37 g; Błonnik pokarmowy: 196.12 g;		
<b>poniedziałek 2026-06-08</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g ( <b>BIA, GLU JĘCZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowy 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z makiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa grysikowa z zieleciną 400g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Filet rybny panierowany 90g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ</b> ), Włoszczyzna parowana 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> ), Rolada z kurczakiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g, Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1763.07 kcal; Białko ogółem: 73.75 g; Tłuszcz: 70.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.44 g; Węglowodany ogółem: 1159.98 g; suma cukrów prostych: 187.09 g; Błonnik pokarmowy: 196.57 g;		
<b>poniedziałek 2026-06-08</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g ( <b>BIA, GLU JĘCZ</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 makiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa grysikowa z zieleciną 400g ( <b>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 20g ( <b>BIA</b> ), Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Zupa krem marchewkowa 400g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1969.69 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 84.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 241.77 g; suma cukrów prostych: 115.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;		
<b>poniedziałek 2026-06-08</b>		
<b>Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowy 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g, Herbata 200ml,	Zupa grysikowa z zieleciną 400g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Filet rybny panierowany 90g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL, 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> ), Rolada z kurczakiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g, Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1478.55 kcal; Białko ogółem: 59.25 g; Tłuszcz: 55.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 1137.11 g; suma cukrów prostych: 161.79 g; Błonnik pokarmowy: 196.57 g;		
<b>wtorek 2026-06-09</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> ), Pasta jajeczna z zieleciną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z makiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Udko z kurczaka pieczone 180g ( <b>SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml, Sos pietruszkowy 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ),	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartenika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g, Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2267.52 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; Tłuszcz: 100.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.22 g; Węglowodany ogółem: 263.29 g; suma cukrów prostych: 38.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-06-09</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTAWNA 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> ), Ser fromage 50g ( <b>BIA</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Udko z kurczaka gotowane 180g ( <b>SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ),	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka bartenka drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2303.77 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 101.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.46 g; Węglowodany ogółem: 268.93 g; suma cukrów prostych: 63.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.65 g;		
<b>wtorek 2026-06-09</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleciną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Udko z kurczaka pieczone 180g ( <b>SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Surówka z kapusty białej z zieleciną 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), <b>Podwieczerek:</b> Surówka z marchewki 100g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka bartenka drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2023.13 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 93.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.02 g; Węglowodany ogółem: 231.86 g; suma cukrów prostych: 16.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.52 g;		
<b>wtorek 2026-06-09</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.</b>		
Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleciną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Udko z kurczaka pieczone 180g ( <b>SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Surówka z kapusty białej z zieleciną 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka bartenka drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1994.34 kcal; Białko ogółem: 90.65 g; Tłuszcz: 93.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 222.91 g; suma cukrów prostych: 13.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g;		
<b>wtorek 2026-06-09</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> ), Pasta jajeczna z zieleciną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Udko z kurczaka pieczone 180g ( <b>SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ),	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka bartenka drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2267.52 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; Tłuszcz: 100.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.22 g; Węglowodany ogółem: 263.29 g; suma cukrów prostych: 38.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g;		
<b>wtorek 2026-06-09</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PĄPKOWATA</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> ), Ser fromage 50g ( <b>BIA</b> ), Seler parowany 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Udko z kurczaka gotowane 180g ( <b>SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ),	Bułka pszenna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ), Masło extra 20g ( <b>BIA</b> ), Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Zupa krem marchewkowa 400g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2319.33 kcal; Białko ogółem: 106.50 g; Tłuszcz: 96.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.95 g; Węglowodany ogółem: 287.69 g; suma cukrów prostych: 113.96 g; Błonnik pokarmowy: 35.99 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-06-10</b>		
<b>Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g ( <b>GLU, BIA</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> ), Dynia parowana 50g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa selerowa z ryżem 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g ( <b>BIA, SEL, 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> ), Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>BIA</b> ), Zupa krem z białych warzyw 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2048.65 kcal; Białko ogółem: 71.46 g; Tłuszcz: 79.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.45 g; Węglowodany ogółem: 285.23 g; suma cukrów prostych: 48.19 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;		
<b>środa 2026-06-10</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 indykiem 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 50g , Herbata 200ml ,	Zupa selerowa z ryżem 400g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz z żołądków drobiowych 200g ( <b>BIA, SEL, 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> ), Pasta warzywna 50g ( <b>SEL</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1572.80 kcal; Białko ogółem: 51.79 g; Tłuszcz: 67.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 210.31 g; suma cukrów prostych: 19.01 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g;		