

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-01		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowej 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 40g , Herbata 200ml ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 350g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Fasolka szparagowa parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Rolada z kurczakiem 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta warzywna 40g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1628.89 kcal; Białko ogółem: 61.68 g; Tłuszcz: 74.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 198.10 g; suma cukrów prostych: 12.32 g; Błonnik pokarmowy: 19.90 g;		
wtorek 2026-06-02		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleńią 50g (JAJ, SEL, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleńią 40g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 350g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 150g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU JĘCZ), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1672.74 kcal; Białko ogółem: 63.51 g; Tłuszcz: 74.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.77 g; Węglowodany ogółem: 206.64 g; suma cukrów prostych: 45.72 g; Błonnik pokarmowy: 21.05 g;		
wtorek 2026-06-02		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350g (GLU, BIA), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g (BIA), Seler parowany 40g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 350g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 150g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU JĘCZ), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 40g (SEL), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1694.93 kcal; Białko ogółem: 62.38 g; Tłuszcz: 75.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.18 g; Węglowodany ogółem: 210.06 g; suma cukrów prostych: 65.97 g; Błonnik pokarmowy: 20.98 g;		
wtorek 2026-06-02		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleńią 50g (JAJ, SEL, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleńią 40g (SEL), Herbata 200ml ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 350g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 150g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU JĘCZ), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Surówka z marchewki 100g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1568.18 kcal; Białko ogółem: 55.47 g; Tłuszcz: 71.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 196.90 g; suma cukrów prostych: 27.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g;		
wtorek 2026-06-02		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleńią 50g (JAJ, SEL, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleńią 40g (SEL), Herbata 200ml ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 350g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 150g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sytko 150g (GLU JĘCZ), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 50g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 1539.40 kcal; Białko ogółem: 54.55 g; Tłuszcz: 71.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 187.96 g; suma cukrów prostych: 24.71 g; Błonnik pokarmowy: 20.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MCZ Lubin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-03		
Dieta: MCZ DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 40g, Herbata 200ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pyzy z mięsem 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Carpaccio z buraka 40g (SEL), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Energia : 1610.23 kcal; Białko ogółem: 50.20 g; Tłuszcz: 73.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 205.85 g; suma cukrów prostych: 20.10 g; Błonnik pokarmowy: 19.20 g;		
środa 2026-06-03		
Dieta: MCZ DIETA O KONT. ZAW. KW. TŁU.		
Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 40g, Herbata 200ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pyzy z mięsem 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Carpaccio z buraka 40g (SEL), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Energia : 1601.83 kcal; Białko ogółem: 49.72 g; Tłuszcz: 73.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 203.87 g; suma cukrów prostych: 20.03 g; Błonnik pokarmowy: 18.54 g;		
środa 2026-06-03		
Dieta: MCZ DIETA ŁATWOSTRAWNA ODDZIAŁ LARYNGOLOGICZNY		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 40g, Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 350g (SEL, GLU PSZ), Pyzy z mięsem 200g, Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Carpaccio z buraka 40g (SEL), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Energia : 1854.71 kcal; Białko ogółem: 63.81 g; Tłuszcz: 83.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.54 g; Węglowodany ogółem: 230.19 g; suma cukrów prostych: 42.50 g; Błonnik pokarmowy: 18.55 g;		
środa 2026-06-03		
Dieta: MCZ DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350g (BIA, GLU JĘCZ), Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Seler parowany 40g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 350g (SEL, GLU PSZ), Pyzy z mięsem 200g, Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Bułka pszenna 100g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA), Zupa krem z białych warzyw 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2128.77 kcal; Białko ogółem: 67.12 g; Tłuszcz: 89.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.29 g; Węglowodany ogółem: 285.18 g; suma cukrów prostych: 49.94 g; Błonnik pokarmowy: 23.46 g;		
środa 2026-06-03		
Dieta: MCZ ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 40g, Herbata 200ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pyzy z mięsem 200g, Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 200ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 40g (SEL), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Energia : 1526.89 kcal; Białko ogółem: 46.32 g; Tłuszcz: 67.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 201.29 g; suma cukrów prostych: 19.33 g; Błonnik pokarmowy: 18.79 g;		