

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział Rehabilitacji Kardiologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-02-13</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: podstawowa</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, kawa ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Jajecznica ze szczypiorkiem ( <i>JAJ, MLE, SEL,</i> ), Ogórek świeży	Krem z zielonego groszku z ciecierzycą ( <i>GLU, MLE, ORZ, SEL, SEZ,</i> ), Ryba panierowana ( <i>GLU, JAJ, RYB,</i> ), Ziemniaki, Surówka z kapusty czerwonej z olejem ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), SKYR wysokobiałkowy ( <i>MLE,</i> ), serek twarogowy w plastrach ( <i>MLE,</i> ), Polędwica sopocka, Papryka czerwona
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2113.65 kcal; Białko ogółem: 92.58 g; Tłuszcz: 86.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.94 g; Węglowodany ogółem: 262.27 g; Sacharoza: 37.06 g; Laktoza: 9.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.53 g; Sód: 1139.32 mg;		
<b>piątek 2026-02-13</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: łatwostrawna</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, kawa ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Jajecznica ze szczypiorkiem ( <i>JAJ, MLE, SEL,</i> ), Pomidor	Krem z zielonego groszku z ciecierzycą ( <i>GLU, MLE, ORZ, SEL, SEZ,</i> ), Ryba duszona ( <i>GLU, RYB, MLE, SEL,</i> ), Ziemniaki, Brokuł gotowany, Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), serek twarogowy w plastrach ( <i>MLE,</i> ), Polędwica sopocka, SKYR wysokobiałkowy ( <i>MLE,</i> ), Papryka czerwona
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2014.75 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 77.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.8 g; Węglowodany ogółem: 250.73 g; Sacharoza: 37.94 g; Laktoza: 10.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g; Sód: 1082.27 mg;		
<b>piątek 2026-02-13</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b></span>		
Jajecznica ze szczypiorkiem ( <i>JAJ, MLE, SEL,</i> ), Ogórek świeży, Marg. rośl., pieczywo mieszane, kawa ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> )	Krem z zielonego groszku z ciecierzycą ( <i>GLU, MLE, ORZ, SEL, SEZ,</i> ), Ryba duszona ( <i>GLU, RYB, MLE, SEL,</i> ), Ziemniaki, Surówka z kapusty czerwonej z olejem ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), serek twarogowy w plastrach ( <i>MLE,</i> ), Polędwica sopocka, SKYR wysokobiałkowy ( <i>MLE,</i> ), Papryka czerwona
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2054.85 kcal; Białko ogółem: 99.6 g; Tłuszcz: 89.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.81 g; Węglowodany ogółem: 250.62 g; Sacharoza: 37.96 g; Laktoza: 10.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.95 g; Sód: 1084.57 mg;		
<b>piątek 2026-02-13</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></span>		
Marg. rośl., pieczywo razowe, kawa b/c ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Jajecznica ze szczypiorkiem ( <i>JAJ, MLE, SEL,</i> ), Ogórek świeży <b>II Śniadanie:</b> Kanaпка z wędliną ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> )	Krem z zielonego groszku z ciecierzycą ( <i>GLU, MLE, ORZ, SEL, SEZ,</i> ), Ryba duszona ( <i>GLU, RYB, MLE, SEL,</i> ), Ziemniaki, Surówka z kapusty czerwonej z olejem ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kompot z owoców mieszanych b/c <b>Podwieczorek:</b> Banan	Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), SKYR wysokobiałkowy ( <i>MLE,</i> ), serek twarogowy w plastrach ( <i>MLE,</i> ), Polędwica sopocka, Papryka czerwona
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2096.85 kcal; Białko ogółem: 107.25 g; Tłuszcz: 91.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.02 g; Węglowodany ogółem: 257.35 g; Sacharoza: 28.77 g; Laktoza: 10.05 g; Błonnik pokarmowy: 34.41 g; Sód: 1358.47 mg;		
<b>piątek 2026-02-13</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: indywidualne</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, kawa ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Jajecznica ze szczypiorkiem ( <i>JAJ, MLE, SEL,</i> ), Ogórek świeży	Krem z zielonego groszku z ciecierzycą ( <i>GLU, MLE, ORZ, SEL, SEZ,</i> ), Ryba duszona ( <i>GLU, RYB, MLE, SEL,</i> ), Ziemniaki, Surówka z kapusty czerwonej z olejem ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), SKYR wysokobiałkowy ( <i>MLE,</i> ), serek twarogowy w plastrach ( <i>MLE,</i> ), Polędwica sopocka, Papryka czerwona
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2094.65 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 87.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.47 g; Węglowodany ogółem: 250.03 g; Sacharoza: 37.94 g; Laktoza: 10.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g; Sód: 1084.27 mg;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział Rehabilitacji Kardiologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-02-15</b> <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: podstawowa</span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), ser twarogowy topiony (Deliser) ( <i>MLE,</i> ), Filet pieczony z indyka ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Ogórek świeży	Rosół jarski ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kotlet schabowy panierowany ( <i>GLU, JAJ,</i> ), Ziemniaki, Surówka z ogórka i papryki konserwowej, Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Ser żółty ( <i>JAJ, MLE,</i> ), Pasztet pieczony ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Papryka żółta
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2060.6 kcal; Białko ogółem: 85.85 g; Tłuszcz: 89.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.28 g; Węglowodany ogółem: 240.66 g; Sacharoza: 35.97 g; Laktoza: .06 g; Błonnik pokarmowy: 16.08 g; Sód: 1863.74 mg;		
<b>niedziela 2026-02-15</b> <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: łatwostrawna</span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), ser twarogowy topiony (Deliser) ( <i>MLE,</i> ), Filet pieczony z indyka ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Pomidor	Rosół jarski ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Schab duszony w jarzynach ( <i>GLU, SEL,</i> ), Ziemniaki, Cukinia duszona, Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), serek twarogowy w plastrach ( <i>MLE,</i> ), Pasztet pieczony ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Pomidor
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1804.4 kcal; Białko ogółem: 74.46 g; Tłuszcz: 74.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.98 g; Węglowodany ogółem: 217.07 g; Sacharoza: 24.48 g; Laktoza: 0 g; Błonnik pokarmowy: 16.43 g; Sód: 1982.74 mg;		
<b>niedziela 2026-02-15</b> <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</span>		
Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), ser twarogowy topiony (Deliser) ( <i>MLE,</i> ), Filet pieczony z indyka ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Ogórek świeży	Rosół jarski ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Schab duszony w jarzynach ( <i>GLU, SEL,</i> ), Ziemniaki, Surówka z ogórka i papryki konserwowej, Kompot z owoców mieszanych	Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Ser żółty ( <i>JAJ, MLE,</i> ), Pasztet pieczony ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Papryka żółta
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1921.6 kcal; Białko ogółem: 84.5 g; Tłuszcz: 86.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.25 g; Węglowodany ogółem: 232.58 g; Sacharoza: 37.81 g; Laktoza: .06 g; Błonnik pokarmowy: 18.14 g; Sód: 1810.14 mg;		
<b>niedziela 2026-02-15</b> <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</span>		
Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), ser twarogowy topiony (Deliser) ( <i>MLE,</i> ), Filet pieczony z indyka ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Ogórek świeży <b>II Śniadanie:</b> Kanapka z serem twarogowym w plastrach ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</i> )	Rosół jarski ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Schab duszony w jarzynach ( <i>GLU, SEL,</i> ), Ziemniaki, Surówka z ogórka i papryki konserwowej, Kompot z owoców mieszanych b/c <b>Podwieczorek:</b> serek homogenizowany naturalny	Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Ser żółty ( <i>JAJ, MLE,</i> ), Pasztet pieczony ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Papryka żółta
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2014.83 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 100.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.41 g; Węglowodany ogółem: 212.04 g; Sacharoza: 7.56 g; Laktoza: .06 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; Sód: 1905.24 mg;		
<b>niedziela 2026-02-15</b> <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: indywidualne</span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), ser twarogowy topiony (Deliser) ( <i>MLE,</i> ), Filet pieczony z indyka ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Ogórek świeży	Rosół jarski ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Schab duszony w jarzynach ( <i>GLU, SEL,</i> ), Ziemniaki, Surówka z ogórka i papryki konserwowej, Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Ser żółty ( <i>JAJ, MLE,</i> ), Pasztet pieczony ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Papryka żółta
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1959.2 kcal; Białko ogółem: 84.4 g; Tłuszcz: 83.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 231.4 g; Sacharoza: 37.77 g; Laktoza: .06 g; Błonnik pokarmowy: 17.9 g; Sód: 1809.54 mg;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział Rehabilitacji Kardiologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-02-17</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: podstawowa</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Zupa mleczna z płatkami owsianymi ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kiełbaski cienkie z filetem ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), musztarda jednoporcjowa ( <i>GOR,</i> ), Ogórek świeży, Sałata zielona	Zupa pomidorowa z ryżem ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Pieczeń rzymska wieprzowa ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Ziemniaki, Cwikła z chrzanem, Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Polędwica sopocka, Rzodkiewka
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2018.29 kcal; Białko ogółem: 86.82 g; Tłuszcz: 76.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.74 g; Węglowodany ogółem: 259.24 g; Sacharoza: 33.96 g; Laktoza: 12.11 g; Błonnik pokarmowy: 16.24 g; Sód: 1101.49 mg;		
<b>wtorek 2026-02-17</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: łatwostrawna</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Zupa mleczna z płatkami owsianymi ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kiełbaski cienkie z filetem ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), keczup jednoporcjowy, Pomidor, Sałata zielona	Zupa pomidorowa z ryżem ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Pieczeń rzymska drobiowa ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Ziemniaki, Buraczki gotowane z jabłkiem ( <i>GLU, SOJ, MLE,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Krakowska drobiowa, Pomidor
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1951.85 kcal; Białko ogółem: 91.71 g; Tłuszcz: 66.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 258.15 g; Sacharoza: 34 g; Laktoza: 12.12 g; Błonnik pokarmowy: 15.05 g; Sód: 1149.29 mg;		
<b>wtorek 2026-02-17</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b></span>		
Marg. roślin., pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Zupa mleczna z płatkami owsianymi ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kiełbaski cienkie z filetem ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), musztarda jednoporcjowa ( <i>GOR,</i> ), Ogórek świeży, Sałata zielona	Zupa pomidorowa z ryżem ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Pieczeń rzymska drobiowa ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Ziemniaki, Cwikła z jabłkiem, Kompot z owoców mieszanych	Marg. roślin., pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Polędwica sopocka, Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Rzodkiewka
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1937.29 kcal; Białko ogółem: 91.09 g; Tłuszcz: 72.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.68 g; Węglowodany ogółem: 259.95 g; Sacharoza: 34.44 g; Laktoza: 12.11 g; Błonnik pokarmowy: 16 g; Sód: 1147.94 mg;		
<b>wtorek 2026-02-17</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></span>		
Marg. roślin., pieczywo razowe, herbata b/c ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Zupa mleczna z płatkami owsianymi ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kiełbaski cienkie z filetem, ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), musztarda jednoporcjowa ( <i>GOR,</i> ), Ogórek świeży, Sałata zielona <b>II Śniadanie:</b> Kanaпка z wędliną ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> )	Zupa pomidorowa z ryżem ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Pieczeń rzymska drobiowa ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Ziemniaki, Cwikła z jabłkiem, Kompot z owoców mieszanych b/c <b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy (bez dodatku cukru) ( <i>MLE,</i> )	Marg. roślin., pieczywo razowe, herbata b/c ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Polędwica sopocka, Rzodkiewka
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1946.69 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 77.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.89 g; Węglowodany ogółem: 242.1 g; Sacharoza: 4.23 g; Laktoza: 12.11 g; Błonnik pokarmowy: 24.34 g; Sód: 1422.24 mg;		
<b>wtorek 2026-02-17</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: indywidualne</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Zupa mleczna z płatkami owsianymi ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kiełbaski cienkie z filetem ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), musztarda jednoporcjowa ( <i>GOR,</i> ), Ogórek świeży, Sałata zielona	Zupa pomidorowa z ryżem ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Pieczeń rzymska drobiowa ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Ziemniaki, Cwikła z jabłkiem, Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Polędwica sopocka, Rzodkiewka

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1974.89 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Tłuszcz: 69.6 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.34 g;  
Węglowodany ogółem: 258.77 g; Sacharoza: 34.4 g; Laktaza: 12.11 g; Błonnik pokarmowy: 15.76 g; Sód: 1147.34 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział Rehabilitacji Kardiologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-02-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: podstawowa</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Twarożek z rzodkiewką ( <i>MLE,</i> ), dżem jednoporcjowy, Sałata zielona	Zupa ogórkowa z ziemniakami ( <i>SOJ, MLE, SEL,</i> ), Gołąbki w sosie pomidorowym ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Pasztet pieczony ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Ogórek kiszony
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2111.4 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz: 79.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 276.24 g; Sacharoza: 35.35 g; Laktoza: 16.22 g; Błonnik pokarmowy: 19.48 g; Sód: 1845.39 mg;		
<b>czwartek 2026-02-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: łatwostrawna</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Twarożek z pomidorem ( <i>MLE,</i> ), dżem jednoporcjowy, Sałata zielona	Zupa ogórkowa z ziemniakami ( <i>SOJ, MLE, SEL,</i> ), Gołąbki w sosie pomidorowym z włoskiej kapusty ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Pasztet pieczony ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Pomidor
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1989.85 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 65.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 271.81 g; Sacharoza: 35.01 g; Laktoza: 15.59 g; Błonnik pokarmowy: 18.22 g; Sód: 1502.64 mg;		
<b>czwartek 2026-02-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b></span>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Marg. roślin., pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Twarożek z rzodkiewką ( <i>MLE,</i> ), dżem jednoporcjowy, Sałata zielona	Zupa ogórkowa z ziemniakami ( <i>SOJ, MLE, SEL,</i> ), Gołąbki w sosie pomidorowym z włoskiej kapusty ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Marg. roślin., pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Pasztet pieczony ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Ogórek kiszony
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1942.95 kcal; Białko ogółem: 92.3 g; Tłuszcz: 66.2 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.18 g; Węglowodany ogółem: 273.28 g; Sacharoza: 35.71 g; Laktoza: 16.23 g; Błonnik pokarmowy: 18.19 g; Sód: 1855.44 mg;		
<b>czwartek 2026-02-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></span>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Marg. roślin., pieczywo razowe, herbata b/c ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Twarożek z rzodkiewką ( <i>MLE,</i> ), dżem jednoporcjowy b/c, Sałata zielona <b>II Śniadanie:</b> Kanapka z serkiem twarogowym w plastrach ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</i> )	Zupa ogórkowa z ziemniakami ( <i>SOJ, MLE, SEL,</i> ), Gołąbki w sosie pomidorowym z włoskiej kapusty ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kompot z owoców mieszanych b/c <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny ( <i>MLE,</i> )	Marg. roślin., pieczywo razowe, herbata b/c ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Pasztet pieczony ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Ogórek kiszony
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1957.68 kcal; Białko ogółem: 101.78 g; Tłuszcz: 72.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.72 g; Węglowodany ogółem: 262.89 g; Sacharoza: 10.86 g; Laktoza: 23.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g; Sód: 2022.54 mg;		
<b>czwartek 2026-02-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: indywidualne</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Twarożek z rzodkiewką ( <i>MLE,</i> ), dżem jednoporcjowy, Sałata zielona	Zupa ogórkowa z ziemniakami ( <i>SOJ, MLE, SEL,</i> ), Gołąbki w sosie pomidorowym z włoskiej kapusty ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Pasztet pieczony ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Ogórek kiszony
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1980.55 kcal; Białko ogółem: 92.2 g; Tłuszcz: 63.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.84 g; Węglowodany ogółem: 272.1 g; Sacharoza: 35.67 g; Laktoza: 16.23 g; Błonnik pokarmowy: 17.95 g; Sód: 1854.84 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział Rehabilitacji Kardiologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-02-21</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: podstawowa</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, kakao ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Serek typu wiejskiego ( <i>MLE,</i> ), Krakowska drobiowa, Ogórek świeży	Zupa koperkowa z ryżem ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Makaron ze szpinakiem ( <i>GLU, MLE,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), serek twarogowy w plastrach ( <i>MLE,</i> ), Polędwica sopocka, Papryka czerwona
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2022.77 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 73.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 246.53 g; Sacharoza: 33.69 g; Laktoza: 14.14 g; Błonnik pokarmowy: 13.37 g; Sód: 1448.92 mg;		
<b>sobota 2026-02-21</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: łatwostrawna</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, kakao ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Serek typu wiejskiego ( <i>MLE,</i> ), Krakowska drobiowa, Pomidor	Zupa koperkowa z ryżem ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Makaron ze szpinakiem ( <i>GLU, MLE,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), serek twarogowy w plastrach ( <i>MLE,</i> ), Polędwica sopocka, Papryka czerwona
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1877.27 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 57.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.55 g; Węglowodany ogółem: 246.04 g; Sacharoza: 34.2 g; Laktoza: 14.56 g; Błonnik pokarmowy: 13.38 g; Sód: 1450.72 mg;		
<b>sobota 2026-02-21</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b></span>		
Marg. rośl., pieczywo mieszane, kakao ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Serek typu wiejskiego ( <i>MLE,</i> ), Krakowska drobiowa, Pomidor	Zupa koperkowa z ryżem ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Makaron ze szpinakiem ( <i>GLU, MLE,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), serek twarogowy w plastrach ( <i>MLE,</i> ), Polędwica sopocka, Papryka czerwona
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1844.97 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 60.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.92 g; Węglowodany ogółem: 248.58 g; Sacharoza: 34.27 g; Laktoza: 14.56 g; Błonnik pokarmowy: 14.35 g; Sód: 1452.02 mg;		
<b>sobota 2026-02-21</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></span>		
Masło, pieczywo razowe, kakao b/c ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Serek typu wiejskiego ( <i>MLE,</i> ), Krakowska drobiowa, Pomidor <b>II Śniadanie:</b> Kanaпка z jajkiem ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</i> )	Zupa koperkowa z ryżem ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Makaron ze szpinakiem ( <i>GLU, MLE,</i> ), Kompot z owoców mieszanych b/c <b>Podwieczorek:</b> Banan	Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), serek twarogowy w plastrach ( <i>MLE,</i> ), Polędwica sopocka, Papryka czerwona
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1925.16 kcal; Białko ogółem: 107.14 g; Tłuszcz: 64.8 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.97 g; Węglowodany ogółem: 255.3 g; Sacharoza: 25.04 g; Laktoza: 14.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.81 g; Sód: 1553.47 mg;		
<b>sobota 2026-02-21</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: indywidualne</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, kakao ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Serek typu wiejskiego ( <i>MLE,</i> ), Krakowska drobiowa, Pomidor	Zupa koperkowa z ryżem ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> ), Makaron ze szpinakiem ( <i>GLU, MLE,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), serek twarogowy w plastrach ( <i>MLE,</i> ), Polędwica sopocka
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1877.27 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 57.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.55 g; Węglowodany ogółem: 246.04 g; Sacharoza: 34.2 g; Laktoza: 14.56 g; Błonnik pokarmowy: 13.38 g; Sód: 1450.72 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział Rehabilitacji Kardiologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-02-22</b> <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: podstawowa</span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), serek homogenizowany naturalny, ser fromage ( <i>MLE,</i> ), Polędwica drobiowa ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Ogórek świeży	Rosół z zacierką ( <i>GLU, JAJ, SEL,</i> ), Kotlec mielony drobiowy, panierowany ( <i>GLU, JAJ,</i> ), Ziemniaki, Marchew oprószana z groszkiem ( <i>GLU, SOJ, MLE,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Filet pieczony z indyka ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), dżem jednoporcjowy, Ogórek świeży
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2150.9 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 78.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 275.16 g; Sacharoza: 35.81 g; Laktoza: .86 g; Błonnik poka mowy: 18.95 g; Sód: 1649.54 mg;		
<b>niedziela 2026-02-22</b> <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: łatwostrawna</span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), serek homogenizowany naturalny, ser fromage ( <i>MLE,</i> ), Polędwica drobiowa ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Pomidor	Rosół z zacierką ( <i>GLU, JAJ, SEL,</i> ), Kotlec mielony drobiowy, duszony ( <i>GLU, JAJ,</i> ), Ziemniaki, Marchew oprószana ( <i>GLU, SOJ, MLE,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Filet pieczony z indyka ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), dżem jednoporcjowy, Pomidor
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2114.1 kcal; Białko ogółem: 99.52 g; Tłuszcz: 78.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 266.84 g; Sacharoza: 35.3 g; Laktoza: .86 g; Błonnik poka mowy: 18.39 g; Sód: 1574.74 mg;		
<b>niedziela 2026-02-22</b> <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</span>		
Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), serek homogenizowany naturalny, ser fromage ( <i>MLE,</i> ), Polędwica drobiowa ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Ogórek świeży	Rosół z zacierką ( <i>GLU, JAJ, SEL,</i> ), Kotlec mielony drobiowy, duszony ( <i>GLU, JAJ,</i> ), Ziemniaki, Marchew oprószana z groszkiem ( <i>GLU, SOJ, MLE,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Filet pieczony z indyka ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), dżem jednoporcjowy, Ogórek świeży,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2076 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz: 81.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.83 g; Węglowodany ogółem: 267.97 g; Sacharoza: 35.64 g; Laktoza: .86 g; Błonnik pokamowy: 18.43 g; Sód: 1599.34 mg;		
<b>niedziela 2026-02-22</b> <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</span>		
Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), serek homogenizowany naturalny, ser fromage ( <i>MLE,</i> ), Polędwica drobiowa ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Ogórek świeży <b>II Śniadanie:</b> Kanapka z serem żółtym ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</i> ),	Rosół z zacierką ( <i>GLU, JAJ, SEL,</i> ), Kotlec mielony drobiowy, duszony ( <i>GLU, JAJ,</i> ), Ziemniaki, Marchew oprószana z groszkiem ( <i>GLU, SOJ, MLE,</i> ), Kompot z owoców mieszanych <b>Podwieczorek:</b> Sok wielowarzywny	Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Filet pieczony z indyka ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), dżem jednoporcjowy b/c, Ogórek świeży
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2136.7 kcal; Białko ogółem: 107.6 g; Tłuszcz: 90.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.54 g; Węglowodany ogółem: 261.22 g; Sacharoza: 5.39 g; Laktoza: .9 g; Błonnik poka mowy: 28.47 g; Sód: 1863.89 mg;		
<b>niedziela 2026-02-22</b> <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: indywidualne</span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), serek homogenizowany naturalny, ser fromage ( <i>MLE,</i> ), Polędwica drobiowa ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), Ogórek świeży,	Rosół z zacierką ( <i>GLU, JAJ, SEL,</i> ), Kotlec mielony drobiowy, duszony ( <i>GLU, JAJ,</i> ), Ziemniaki, Marchew oprószana z groszkiem ( <i>GLU, SOJ, MLE,</i> ), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), Jajko ( <i>JAJ,</i> ), Filet pieczony z indyka ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), dżem jednoporcjowy, Ogórek świeży
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2113.6 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 78.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.49 g; Węglowodany ogółem: 266.79 g; Sacharoza: 35.6 g; Laktoza: .86 g; Błonnik poka mowy: 18.19 g; Sód: 1598.74 mg;		