

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział Rehabilitacji Kardiologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Serek typu wiejskiego (MLE,), Rolada usztyczka (MLE,), Pomidor, ,	Krem z zielonego groszku z ciecierzycą (GLU, MLE, ORZ, SEL, SEZ,), Ryba duszona (GLU, RYB, SEL,), Ziemniaki gotowane , Marchew gotowana , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Jajko (JAJ,), ser fromage (MLE,), Ogórek świeży, ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2039.45 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 78.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 253.07 g; Sacharoza: 39.3 g; Laktoza: 13.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g; Sód: 1677.97 mg;		
piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Marg. rośl., pieczywo mieszane, kawa (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Serek typu wiejskiego (MLE,), Rolada usztyczka (MLE,), Pomidor, ,	Krem z zielonego groszku z ciecierzycą (GLU, MLE, ORZ, SEL, SEZ,), Ryba duszona (GLU, RYB, SEL,), Ziemniaki gotowane , Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Kompot z owoców mieszanych ,	Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Jajko (JAJ,), ser fromage (MLE,), Ogórek świeży, ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2085.05 kcal; Białko ogółem: 105.14 g; Tłuszcz: 90.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 251.06 g; Sacharoza: 37.92 g; Laktoza: 13.72 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g; Sód: 1621.27 mg;		
piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Marg. rośl., pieczywo razowe, kawa b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Serek typu wiejskiego (MLE,), Rolada usztyczka (MLE,), Pomidor, , II Śniadanie: Kanapka z jajkiem i rozspinką (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,),	Krem z zielonego groszku z ciecierzycą (GLU, MLE, ORZ, SEL, SEZ,), Ryba duszona (GLU, RYB, SEL,), Ziemniaki gotowane , Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Kompot z owoców mieszanych (bez dodatku cukru) , Podwieczorek: Jogurt owocowy (bez dodatku cukru) (MLE,),	Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Jajko (JAJ,), ser fromage (MLE,), Ogórek świeży, ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2113.64 kcal; Białko ogółem: 113.71 g; Tłuszcz: 100.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 233.77 g; Sacharoza: 7.69 g; Laktoza: 13.74 g; Błonnik pokarmowy: 33.91 g; Sód: 1722.02 mg;		
piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: indywidualne		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Serek typu wiejskiego (MLE,), Rolada usztyczka (MLE,), Pomidor, ,	Krem z zielonego groszku z ciecierzycą (GLU, MLE, ORZ, SEL, SEZ,), Ryba duszona (GLU, RYB, SEL,), Ziemniaki gotowane , Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Jajko (JAJ,), ser fromage (MLE,), Ogórek świeży, ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2124.85 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 88.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 250.47 g; Sacharoza: 37.9 g; Laktoza: 13.72 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; Sód: 1620.97 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział Rehabilitacji Kardiologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, kakao, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kiełbasa krakowska wieprzowa, ser twarogowy topiony (Deliser) (<i>MLE,</i>), Pomidor, Sałata zielona	Zupa ja rzynowa z ziemniakami (beż śmietany) (<i>MLE, SEL,</i>), Ryż z jabłkami i sosem owocowym (<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>), serek twarogowy w plastrach (<i>MLE,</i>), Polędwica sopocka, Pomidor,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2067.85 kcal; Białko ogółem: 72.25 g; Tłuszcz: 76.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.96 g; Węglowodany ogółem: 294.41 g; Sacharoza: 50 g; Laktoza: 13.25 g; Błonnik poka mowy: 24.04 g; Sód: 1082.22 mg;		
sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Marg. rośl., pieczywo mieszane, kakao (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kiełbasa krakowska wieprzowa, ser twarogowy topiony (Deliser) (<i>MLE,</i>), Ogórek konserwowy, Sałata zielona	Zupa ja rzynowa z ziemniakami (beż śmietany) (<i>MLE, SEL,</i>), Ryż z jabłkami i sosem owocowym (<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>), Ser żółty (<i>JAJ, MLE,</i>), Polędwica sopocka, Papryka czerwona,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2090.65 kcal; Białko ogółem: 81.39 g; Tłuszcz: 82.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.76 g; Węglowodany ogółem: 293.71 g; Sacharoza: 52.17 g; Laktoza: 13.31 g; Błonnik pokamowy: 23.91 g; Sód: 1760.22 mg;		
sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Marg. rośl., pieczywo razowe, kakao b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kiełbasa krakowska wieprzowa, ser twarogowy topiony (Deliser) (<i>MLE,</i>), Ogórek konserwowy, Sałata zielona II Śniadanie: Kanapka z wędliną i zieloną sałatą (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</i>),	Zupa ja rzynowa z ziemniakami (beż śmietany) (<i>MLE, SEL,</i>), Ryż brązowy z jabłkami i sosem porzeczkowym (bez dodatku cukru) (<i>MLE,</i>), Kompot z owoców mieszanych (bez dodatku cukru) Podwieczorek: 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>), Polędwica sopocka, Papryka czerwona,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2114.25 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 94.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.84 g; Węglowodany ogółem: 251.48 g; Sacharoza: 11.7 g; Laktoza: 13.31 g; Błonnik poka mowy: 28.91 g; Sód: 2029.52 mg;		
sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: indywidualne		
Masło, pieczywo mieszane, kakao, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kiełbasa krakowska wieprzowa, ser twarogowy topiony (Deliser) (<i>MLE,</i>), Ogórek konserwowy, Sałata zielona	Zupa ja rzynowa z ziemniakami (beż śmietany) (<i>MLE, SEL,</i>), Ryż z jabłkami i sosem owocowym (<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>), Ser żółty (<i>JAJ, MLE,</i>), Polędwica sopocka, Papryka czerwona,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2130.45 kcal; Białko ogółem: 81.34 g; Tłuszcz: 79.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 293.12 g; Sacharoza: 52.15 g; Laktoza: 13.31 g; Błonnik pokamowy: 23.79 g; Sód: 1759.92 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział Rehabilitacji Kardiologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Kielbaski drobiowe z filetem (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), keczup jednorpcjowy, Pomidor, Sałata zielona, Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Krupnik (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Roladki drobiowe duszone (<i>GLU, JAJ, SEL,</i>), Ziemniaki gotowane, Kapusta włoska duszona (<i>GLU, 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>), Pomidor,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2047.7 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 63.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 280.61 g; Sacharoza: 35.89 g; Laktoza: 12.11 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g; Sód: 1161.04 mg;		
wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kielbaski drobiowe z filetem (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), musztarda jednorpcjowa (<i>GOR,</i>), Ogórek świeży, Sałata zielona,	Krupnik (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Roladki drobiowe duszone (<i>GLU, JAJ, SEL,</i>), Ziemniaki gotowane, Kapusta włoska duszona (<i>GLU, 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>), Rzodkiewka,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2006.14 kcal; Białko ogółem: 103 g; Tłuszcz: 63.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.82 g; Węglowodany ogółem: 278.52 g; Sacharoza: 35.89 g; Laktoza: 12.11 g; Błonnik pokarmowy: 20.06 g; Sód: 1159.44 mg;		
wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kielbaski drobiowe z filetem (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), musztarda jednorpcjowa (<i>GOR,</i>), Ogórek świeży, Sałata zielona, II Śniadanie: Kanapka z wędliną i zieloną sałatą (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</i>),	Krupnik (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Roladki drobiowe duszone (<i>GLU, JAJ, SEL,</i>), Ziemniaki gotowane, Kapusta włoska duszona (<i>GLU, MLE,</i>), Kompot z owoców mieszanych (bez dodatku cukru), Podwieczerek: Jogurt owocowy (bez dodatku cukru) (<i>MLE,</i>),	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>), Rzodkiewka,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1996.74 kcal; Białko ogółem: 115.61 g; Tłuszcz: 71.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.2 g; Węglowodany ogółem: 261.26 g; Sacharoza: 5.7 g; Laktoza: 12.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g; Sód: 1434.04 mg;		
wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: indywidualne		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Kielbaski drobiowe z filetem (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), musztarda jednorpcjowa (<i>GOR,</i>), Ogórek świeży, Sałata zielona, Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Krupnik (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Roladki drobiowe panierowane z pieca konwekcyjno - parowego (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL,</i>), Ziemniaki gotowane, Kapusta włoska duszona (<i>GLU, 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>), Rzodkiewka,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2139.74 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 66.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 292.78 g; Sacharoza: 35.71 g; Laktoza: 12.13 g; Błonnik pokarmowy: 20.83 g; Sód: 1398.04 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział Rehabilitacji Kardiologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-11		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>), Pomidor, ,	Rosół z makaronem (<i>GLU, SEL,</i>), Bitki schabowe duszone w sosie koperkowym (<i>GLU, MLE,</i>), Ziemniaki gotowane , Buraczki gotowane z jabłkiem , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pomidor, , Kielbasa krakowska wieprzowa , ser fromage (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2023.15 kcal; Białko ogółem: 76.6 g; Tłuszcz: 83.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 253.9 g; Sacharoza: 33.83 g; Laktoza: 1.56 g; Błonnik poka mowy: 16.07 g; Sód: 1109.44 mg;		
niedziela 2026-01-11		
Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>), Ogórek kiszony ,	Rosół z makaronem (<i>GLU, SEL,</i>), Bitki schabowe duszone w sosie koperkowym (<i>GLU, MLE,</i>), Ziemniaki gotowane , Buraczki gotowane z jabłkiem , Kompot z owoców mieszanych ,	Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Rzodkiewka , Kielbasa krakowska wieprzowa , ser fromage (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1979.75 kcal; Białko ogółem: 76.48 g; Tłuszcz: 86.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.49 g; Węglowodany ogółem: 253.37 g; Sacharoza: 33.8 g; Laktoza: 1.56 g; Błonnik poka mowy: 15.84 g; Sód: 1455.64 mg;		
niedziela 2026-01-11		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>), Ogórek kiszony , II Śniadanie: Kanapka z sałatą i serem żółtym (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</i>),	Rosół z makaronem (<i>GLU, SEL,</i>), Bitki schabowe duszone w sosie koperkowym (<i>GLU, MLE,</i>), Ziemniaki gotowane , Buraczki gotowane z jabłkiem , Kompot z owoców mieszanych (bez dodatku cukru) , Podwieczorek: Jabłko ,	Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Rzodkiewka , Kielbasa krakowska wieprzowa , ser fromage (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2087.95 kcal; Białko ogółem: 84.06 g; Tłuszcz: 97.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 258.02 g; Sacharoza: 24.1 g; Laktoza: 1.6 g; Błonnik poka mowy: 26.58 g; Sód: 1723.19 mg;		
niedziela 2026-01-11		
Jadłospis dla diety: indywidualne		
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>), Ogórek kiszony ,	Rosół z makaronem (<i>GLU, SEL,</i>), Bitki schabowe duszone w sosie koperkowym (<i>GLU, MLE,</i>), Ziemniaki gotowane , Buraczki gotowane z jabłkiem , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Rzodkiewka , Kielbasa krakowska wieprzowa , ser fromage (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2017.35 kcal; Białko ogółem: 76.38 g; Tłuszcz: 83.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 252.19 g; Sacharoza: 33.76 g; Laktoza: 1.56 g; Błonnik pokamowy: 15.6 g; Sód: 1455.04 mg;		