





## Jadłospisy dla oddziałów



**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>środa 2025-12-24</b>		<b>Jadłospis dla diety: indywidualne</b>
Masło, pieczywo mieszane, kawa, ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Serek typu wiejskiego ( <b>MLE,</b> ), Ser żółty (60) ( <b>JAJ, MLE,</b> ), dżem jednoportyjowy , Ogórek świeży,	Krupnik czysty ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ), Makaron z białym serem i sosem truskawkowym ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Barszcz czerwony (czysty) ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ), Uszka z kapustą kiszoną i grzybami ( <b>GLU, JAJ,</b> ), Pierogi z kapustą kiszoną i grzybami ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), Ryba duszona ( <b>GLU, RYB, MLE, SEL,</b> ), Kapusta kiszona z grochem ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy ( <b>MLE,</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 4053.5 kcal; Białko ogółem: 171.87 g; Tłuszcz: 111.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.45 g; Węglowodany ogółem: 619.67 g; Sacharoza: 79.74 g; Laktoza: 17.28 g; Błonnik pokarmowy: 42.83 g; Sód: 3265.87 mg;		



## Jadłospisy dla oddziałów

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział Rehabilitacji Kardiologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-12-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: podstawowa</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, kawa ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Jajko ( <b>JAJ,</b> ), Ser żółty ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Polędwica drobiowa ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Ogórek konserwowy	Zupa pomidorowa z makaronem ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR,</b> ), Ryba po grecku ( <b>GLU, RYB, SEL, GOR,</b> ), Ziemniaki, Surówka z kiszzonej kapusty, Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Sałatka "gyros" ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Polędwica sopočka, Ogórek świeży <b>Posiłek nocny:</b> </B Banan
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2575.32 kcal; Białko ogółem: 139.75 g; Tłuszcz: 101.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.28 g; Węglowodany ogółem: 292.94 g; Sacharoza: 67.12 g; Laktoza: 11.86 g; Błonnik pokarmowy: 22.5 g; Sód: 3337.08 mg;		
<b>piątek 2025-12-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: łatwostrawna</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, kawa ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Jajko ( <b>JAJ,</b> ), ser twarogowy w plastrach ( <b>MLE,</b> ), Polędwica drobiowa ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Pomidor	Zupa pomidorowa z makaronem (D) ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR,</b> ), Ryba po grecku ( <b>GLU, RYB, SEL, GOR,</b> ), Ziemniaki, Brokuł gotowany, Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Sałatka "gyros" ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Polędwica sopočka, Pomidor <b>Posiłek nocny:</b> Banan
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2418.27 kcal; Białko ogółem: 132.04 g; Tłuszcz: 88.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.09 g; Węglowodany ogółem: 291.1 g; Sacharoza: 63.33 g; Laktoza: 11.8 g; Błonnik pokarmowy: 22.69 g; Sód: 2368.77 mg;		
<b>piątek 2025-12-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b></span>		
Marg. roślin., pieczywo mieszane, kawa ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Jajko ( <b>JAJ,</b> ), Ser żółty ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Polędwica drobiowa ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Ogórek konserwowy	Zupa pomidorowa z makaronem ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR,</b> ), Ryba po grecku ( <b>GLU, RYB, SEL, GOR,</b> ), Ziemniaki, Surówka z kiszzonej kapusty, Kompot z owoców mieszanych	Marg. roślin., pieczywo mieszane, herbata ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Sałatka "gyros" ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Polędwica sopočka, Ogórek świeży <b>Posiłek nocny:</b> Banan
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2520.12 kcal; Białko ogółem: 139.27 g; Tłuszcz: 104.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 289.95 g; Sacharoza: 66.54 g; Laktoza: 11.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.93 g; Sód: 3309.38 mg;		
<b>piątek 2025-12-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></span>		
Marg. roślin., pieczywo razowe, kawa b/c ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Jajko ( <b>JAJ,</b> ), Ser żółty ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Polędwica drobiowa ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Ogórek konserwowy <b>II Śniadanie:</b> Kanapka z serem żółtym ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</b> )	Zupa pomidorowa z makaronem ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR,</b> ), Ryba po grecku ( <b>GLU, RYB, SEL, GOR,</b> ), Ziemniaki, Surówka z kiszzonej kapusty, Kompot z owoców mieszanych b/c <b>Podwieczorek:</b> Gruszka	Marg. roślin., pieczywo razowe, herbata b/c ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Sałatka "gyros" ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Polędwica sopočka, Ogórek świeży <b>Posiłek nocny:</b> Banan
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2565.02 kcal; Białko ogółem: 146.96 g; Tłuszcz: 113.7 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 283.48 g; Sacharoza: 36.31 g; Laktoza: 11.9 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g; Sód: 3573.53 mg;		
<b>piątek 2025-12-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: indywidualne</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, kawa ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Jajko ( <b>JAJ,</b> ), Ser żółty ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Polędwica drobiowa ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Ogórek konserwowy	Zupa pomidorowa z makaronem ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR,</b> ), Ryba po grecku ( <b>GLU, RYB, SEL, GOR,</b> ), Ziemniaki, Surówka z kiszzonej kapusty, Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Sałatka "gyros" ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Polędwica sopočka, Ogórek świeży <b>Posiłek nocny:</b> Banan
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2559.92 kcal; Białko ogółem: 139.22 g; Tłuszcz: 101.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.24 g; Węglowodany ogółem: 289.36 g; Sacharoza: 66.52 g; Laktoza: 11.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g; Sód: 3309.08 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów



## Jadłospisy dla oddziałów

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział Rehabilitacji Kardiologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-12-28</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: podstawowa</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Filet pieczony z indyka, ser fromage ( <b>MLE,</b> ), dżem jednoporcjowy, Pomidor	Rosół z makaronem ( <b>GLU, SEL,</b> ), Pieczeń rzymska, Ziemniaki, Surówka z pora, marchewki i jabłka ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), serek twarogowy w plastrach ( <b>MLE,</b> ), Polędwica sopocka, Papryka czerwona <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany waniliowy
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2159.8 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 87.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 270.73 g; Sacharoza: 38.36 g; Laktoza: 16.34 g; Błonnik pokarmowy: 17.02 g; Sód: 1110.44 mg;		
<b>niedziela 2025-12-28</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: łatwostrawna</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Filet pieczony z indyka, ser fromage ( <b>MLE,</b> ), dżem jednoporcjowy, Pomidor	Rosół z makaronem ( <b>GLU, SEL,</b> ), Pieczeń rzymska wieprzowa ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ), Ziemniaki, Brokuł gotowany, Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), serek twarogowy w plastrach ( <b>MLE,</b> ), Pasztecik pieczony, Pomidor <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany waniliowy
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2364.45 kcal; Białko ogółem: 90.85 g; Tłuszcz: 102.3 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 283.16 g; Sacharoza: 36.05 g; Laktoza: 15.84 g; Błonnik pokarmowy: 16.99 g; Sód: 1147.69 mg;		
<b>niedziela 2025-12-28</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b></span>		
Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Filet pieczony z indyka, ser fromage ( <b>MLE,</b> ), dżem jednoporcjowy, Pomidor	Rosół z makaronem ( <b>GLU, SEL,</b> ), Pieczeń rzymska wieprzowa ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ), Ziemniaki, Surówka z pora, marchewki i jabłko ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ), Kompot z owoców mieszanych	Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), serek twarogowy w plastrach ( <b>MLE,</b> ), Pasztecik pieczony, Papryka czerwona <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany waniliowy
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2418.35 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 113.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.88 g; Węglowodany ogółem: 290.87 g; Sacharoza: 38.54 g; Laktoza: 16.34 g; Błonnik pokarmowy: 18.32 g; Sód: 1204.99 mg;		
<b>niedziela 2025-12-28</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></span>		
Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Filet pieczony z indyka, ser fromage ( <b>MLE,</b> ), dżem jednoporcjowy b/c, Pomidor <b>II Śniadanie:</b> Kanaпка z serkiem twarogowym w plastrach ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</b> )	Rosół z makaronem ( <b>GLU, SEL,</b> ), Pieczeń rzymska wieprzowa ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ), Ziemniaki, Surówka z pora, marchewki i jabłka ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ), Kompot z owoców mieszanych b/c <b>Podwieczorek:</b> Jabłko	Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), serek twarogowy w plastrach ( <b>MLE,</b> ), Pasztecik pieczony, Papryka czerwona <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany naturalny
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2446.58 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 121.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 283.33 g; Sacharoza: 25.84 g; Laktoza: 1.34 g; Błonnik pokarmowy: 29.06 g; Sód: 1303.09 mg;		
<b>niedziela 2025-12-28</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: indywidualne</b></span>		
Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Filet pieczony z indyka, ser fromage ( <b>MLE,</b> ), dżem jednoporcjowy, Pomidor	Rosół z makaronem ( <b>GLU, SEL,</b> ), Pieczeń rzymska wieprzowa ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ), Ziemniaki, Surówka z pora, marchewki i jabłka ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), serek twarogowy w plastrach ( <b>MLE,</b> ), Pasztecik pieczony, Papryka czerwona <b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany waniliowy
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2455.95 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 110.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 289.69 g; Sacharoza: 38.5 g; Laktoza: 16.34 g; Błonnik pokarmowy: 18.08 g; Sód: 1204.39 mg;		



## Jadłospisy dla oddziałów



## Jadłospisy dla oddziałów

