

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta z soczewicy 50g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Marchewka baby z olejem 100g, Rukola 15g, Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Makaron gotowany 220g z serem 75g i masłem 5g 1Por (GLU, JAJ, MLE), Nektaryna 1szt. 1szt, Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g, pomidor 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g 1Por, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2309.10 kcal; Białko ogółem: 102.63 g; Tłuszcz: 73.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 313.55 g; suma cukrów prostych: 69.00 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g; Sód: 1540.39 mg;

poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Serek wiejski OSM Radomsko 100g (MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), Rukola 15g, Marchewka baby z olejem 100g, Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Makaron gotowany 220g z serem 75g i masłem 5g 1Por (GLU, JAJ, MLE), Nektaryna 1szt. 1szt, Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Białko jaja 40g 1Por (JAJ), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g, pomidor 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g 1Por, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2267.28 kcal; Białko ogółem: 111.96 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 293.22 g; suma cukrów prostych: 72.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.04 g; Sód: 1586.72 mg;

poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta z soczewicy 50g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Marchewka baby z olejem 100g, Rukola 15g, Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Makaron pełnoziarnisty 220g z serem 75g i masłem 5g 1Por (GLU, JAJ, MLE), Nektaryna 1szt, Kompot wieloowocowy bez cukru R 200ml (SEL),	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g, pomidor 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g 1Por, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2236.45 kcal; Białko ogółem: 94.40 g; Tłuszcz: 71.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 308.17 g; suma cukrów prostych: 66.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; Sód: 1580.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-15 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Polędwica sopocka Bieleś 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta ryбно-warzywna 50g (SKR, RYB, SEL), Szpinak liście 15g, Rzodkiew biała 100g, Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa grysikowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kurczak pieczony 180g 1Por (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka 150g (SEL, GOR), Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), szynka Jana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ogórek kiszony 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Banan 100g 1Por, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: salata zielona 20g, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2244.39 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 275.74 g; suma cukrów prostych: 69.50 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g; Sód: 2870.19 mg;

wtorek 2026-09-15 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Polędwica sopocka Bieleś 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta ryбно-warzywna 50g (SKR, RYB, SEL), Szpinak liście 15g, pomidor 100g, Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa grysikowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kurczak gotowany 180g 1Por, Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka 150g (SEL, GOR), Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), szynka Jana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Brokuły gotowane 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, salata zielona 20g,
II Śniadanie: Banan 100g 1Por, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.75 kcal; Białko ogółem: 119.18 g; Tłuszcz: 82.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 273.64 g; suma cukrów prostych: 73.13 g; Błonnik pokarmowy: 31.05 g; Sód: 2236.43 mg;

wtorek 2026-09-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Polędwica sopocka Bieleś 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta ryбно-warzywna 50g (SKR, RYB, SEL), Szpinak liście 15g, Rzodkiew biała 100g, Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa grysikowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kurczak gotowany 180g 1Por, Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka 150g (SEL, GOR), Kompot wieloowocowy bez cukru R 200ml (SEL),	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), szynka Jana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ogórek kiszony 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, salata zielona 20g,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2197.92 kcal; Białko ogółem: 113.10 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 265.44 g; suma cukrów prostych: 62.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.26 g; Sód: 2936.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-16 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasztet z kurczaka pieczonego 40g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Serek homogenizowany President (ser twarogowy mielony President) 50g (MLE), Rukola 15g , Bukiet jarzyn z olejem 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze drobiowo- warzywnym zabieleną 400ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Gulasz z żołądków drobiowych 200g 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ryż brązowy gotowany 200g 1Por (GLU), buraczki na zimno 150g (SEL, GOR), Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty z rzodkiewką 50g (MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), ogórek zielony 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt. 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: budyń mleczny bez cukru 250g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.78 kcal; Białko ogółem: 115.95 g; Tłuszcz: 81.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 309.74 g; suma cukrów prostych: 96.43 g; Błonnik pokarmowy: 37.50 g; Sód: 2555.43 mg;

środa 2026-09-16 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasztet z kurczaka pieczonego 40g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Serek homogenizowany President (ser twarogowy mielony President) 50g (MLE), Rukola 15g , Bukiet jarzyn z olejem 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze drobiowo- warzywnym zabieleną 350ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Gulasz z żołądków drobiowych 200g 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ryż 200g gotowany na sypko C 1Por (GLU), buraczki na zimno 150g (SEL, GOR), Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty z koperkiem 50g (ser twarogowy półtłusty, Jogurt naturalny kg , koperek świeży, sól biała) 1Por (MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: budyń mleczny bez cukru 250g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.42 kcal; Białko ogółem: 117.85 g; Tłuszcz: 83.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 309.05 g; suma cukrów prostych: 100.84 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; Sód: 2318.84 mg

środa 2026-09-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasztet z kurczaka pieczonego 40g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Serek homogenizowany President (ser twarogowy mielony President) 50g (MLE), Rukola 15g , Bukiet jarzyn z olejem 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze drobiowo- warzywnym zabieleną 400ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Gulasz z żołądków drobiowych 200g 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ryż brązowy gotowany 200g 1Por (GLU), Sałata zielona 70g z sosem winegret 20 ml 1Por , Kompot wieloowocowy bez cukru R 200ml (SEL),	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty z rzodkiewką 50g (MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), ogórek zielony 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt. 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: budyń mleczny bez cukru 250g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.57 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 272.01 g; suma cukrów prostych: 69.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.02 g; Sód: 2455.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-17 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Połędwica wiśniowa Bieleś 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta twarogowa z burakiem i pietruszką 50g (MLE), Papryka świeża 100g, Rukola 15g, Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabiela 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Gulasz warzywny z fasolą 200g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Kasza gryczana 200g 1Por (GLU, ORZ, SEL, ŁUB), Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL), surówka z kapusty białej 150g (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02),	Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty ze szczypiorkiem i słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ), Kurczak gotowany Korona 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidor 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: morela 100g, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Sałatka z warzyw mieszanych z pestkami dyni 150g (OZI, ORZ, SEL, SEZ), Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2085.47 kcal; Białko ogółem: 88.40 g; Tłuszcz: 57.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 313.62 g; suma cukrów prostych: 65.08 g; Błonnik pokarmowy: 40.66 g; Sód: 1558.54 mg;

czwartek 2026-09-17 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Połędwica wiśniowa Bieleś 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta twarogowa z burakiem i pietruszką 50g (MLE), Rukola 15g, Marchewka baby z olejem 100g, Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze drobiowo-warzywnym zabiela 400ml (GLU, MLE, SEL), Pierogi leniwe gotowane 300g 10 sztuk 1Por (JAJ, MLE), Mus truskawkowy 100g, Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Serek homogenizowany President(ser twarogowy mielony President) 50g (MLE), Kurczak gotowany Korona 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidor 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: morela 100g, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Sałatka z warzyw mieszanych z pestkami dyni 150g (OZI, ORZ, SEL, SEZ), Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1984.67 kcal; Białko ogółem: 77.99 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 292.73 g; suma cukrów prostych: 57.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g; Sód: 1496.20 mg;

czwartek 2026-09-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Połędwica wiśniowa Bieleś 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Papryka świeża 100g, Rukola 15g, Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Pasta twarogowa z burakiem i pietruszką 50g (MLE),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabiela 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Gulasz warzywny z fasolą 200g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Kasza gryczana 200g 1Por (GLU, ORZ, SEL, ŁUB), surówka z kapusty białej 150g (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kompot wieloowocowy bez cukru R 200ml (SEL),	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty ze szczypiorkiem i słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ), Kurczak gotowany Korona 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidor 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: morela 100g, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Sałatka z warzyw mieszanych z pestkami dyni 150g (OZI, ORZ, SEL, SEZ), Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2104.52 kcal; Białko ogółem: 85.62 g; Tłuszcz: 65.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 303.47 g; suma cukrów prostych: 59.61 g; Błonnik pokarmowy: 40.18 g; Sód: 1624.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-18 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Bułka grahamka 1szt (GLU), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), dżem 25g , Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), Szpinak liście 15g , ogórek zielony 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Rosół z ryżem 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Miruna duszona 100g (GLU, SKR, RYB, SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z kapusty kiszzonej R 150g , Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita, płatki owsiane 20g 1Por (GLU, MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2110.49 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz: 69.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 283.71 g; suma cukrów prostych: 53.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.20 g; Sód: 1883.48 mg;

piątek 2026-09-18 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Bułka kajzerka 1szt (GLU), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), dżem 25g , Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), brokuły gotowane 100g , Szpinak liście 15g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Rosół z ryżem 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Miruna duszona 100g (GLU, SKR, RYB, SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Bukiet jarzyn z olejem 150g , Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), pieczeń z warzywami 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita, płatki owsiane 20g 1Por (GLU, MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2204.12 kcal; Białko ogółem: 100.02 g; Tłuszcz: 74.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.28 g; Węglowodany ogółem: 292.25 g; suma cukrów prostych: 54.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.78 g; Sód: 1682.23 mg;

piątek 2026-09-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Bułka grahamka 1szt (GLU), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), Kurczak gotowany Cedrob 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Szpinak liście 15g , ogórek zielony 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Rosół z ryżem 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Miruna duszona 100g (GLU, SKR, RYB, SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z kapusty kiszzonej R 150g , Kompot wieloowocowy bez cukru R 200ml (SEL),	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), szynka Grzegorza 30g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g, płatki owsiane 20g 1Por (GLU, MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2005.18 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 66.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 266.63 g; suma cukrów prostych: 48.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g; Sód: 1894.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

sobota 2026-09-19 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , Pasta twarogowa z brokulem b.soli(ser twarogowy mielony President , brokuły mrożone) 50g (MLE), ogórek kiszony 100g , Rukola 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa kalafiorowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Pieczeń rzymska 110g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), SOS pieczarkowy 120ml (GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), kasza pęczak gotowana 200g 1Por (GLU, ORZ, SEL, LUB),	chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasta twarogowa z rybą gotowaną 50g (SKR, RYB, MLE), Połędwica wiśniowa 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), rzodkiewka 80g 1Por , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Śliwka 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,	Salata zielona 70g z sosem winegret 20 ml 1Por , Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	Posiłek nocny: Kefir 150 ml 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2120.59 kcal; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 73.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 275.37 g; suma cukrów prostych: 42.24 g; Błonnik pokarmowy: 25.49 g; Sód: 1922.78 mg;

sobota 2026-09-19 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , Rukola 15g , pomidor 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Pasta twarogowa z brokulem b.soli(ser twarogowy mielony President , brokuły mrożone) 50g (MLE),	Zupa kalafiorowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Pulpet drobiowy gotowany 110g w sosie pomidorowym 100ml 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kasza jęczmienna gotowana 200g (GLU, OZI, ORZ, SEL, S02, LUB), Salata zielona 70g z sosem winegret 20 ml 1Por , Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Pasta twarogowa z rybą gotowaną 50g (SKR, RYB, MLE), Połędwica wiśniowa 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Marchewka baby 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Kiwi 100g 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Kefir 150 ml 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2044.60 kcal; Białko ogółem: 93.56 g; Tłuszcz: 67.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 270.45 g; suma cukrów prostych: 50.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g; Sód: 1212.52 mg;

sobota 2026-09-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , Pasta twarogowa z brokulem b.soli(ser twarogowy mielony President , brokuły mrożone) 50g (MLE), ogórek kiszony 100g , Rukola 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa kalafiorowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Pieczeń rzymska 110g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), SOS pieczarkowy 120ml (GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), kasza pęczak gotowana 200g 1Por (GLU, ORZ, SEL, LUB), Salata zielona 70g z sosem winegret 20 ml 1Por , Kompot wieloowocowy bez cukru R 200ml (SEL),	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasta twarogowa z rybą gotowaną 50g (SKR, RYB, MLE), Połędwica wiśniowa 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), rzodkiewka 80g 1Por , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Śliwka 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Kefir 150 ml 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2071.94 kcal; Białko ogółem: 89.66 g; Tłuszcz: 73.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 265.17 g; suma cukrów prostych: 36.78 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g; Sód: 1988.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-20 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasta mięsna z kurczaka z pietruszką bez soli 50g , Połędwica sopocka Bieleśz 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Szpinak liście 15g , Rzodkiew biała 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Rosół z zacierką 400ml na wywarze warzywno-drobiowym 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bitka drobiowa duszona 100g w sosie 100ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), surówka z kapusty czerwonej 150g (SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), ogórek zielony 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , Kielbasa szynkowa Jana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Twaróg z jogurtem i koperkiem(ser twarogowy półtłusty, Jogurt naturalny kg , koperek świeży, sól biała) 50g (MLE), sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Banan 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.08 kcal; Białko ogółem: 118.50 g; Tłuszcz: 70.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 278.26 g; suma cukrów prostych: 72.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; Sód: 1609.93 mg;

niedziela 2026-09-20 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasta mięsna z kurczaka z pietruszką bez soli 50g , Połędwica sopocka Bieleśz 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Szpinak liście 15g , kalamary gotowane 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Rosół z zacierką 400ml na wywarze warzywno-drobiowym 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bitka drobiowa duszona 100g w sosie 100ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), buraczki na zimno 150g (SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), szynka Jana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Twaróg z jogurtem i koperkiem(ser twarogowy półtłusty, Jogurt naturalny kg , koperek świeży, sól biała) 50g (MLE), Marchewka baby 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Banan 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.97 kcal; Białko ogółem: 125.35 g; Tłuszcz: 77.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 289.21 g; suma cukrów prostych: 85.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.00 g; Sód: 1933.20 mg;

niedziela 2026-09-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Rzodkiew biała 100g , Pasta mięsna z kurczaka z pietruszką bez soli 50g , Połędwica sopocka Bieleśz 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Szpinak liście 15g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Rosół z zacierką 400ml na wywarze warzywno-drobiowym 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bitka drobiowa duszona 100g w sosie 100ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), surówka z kapusty czerwonej 150g (SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot wieloowocowy bez cukru R 200ml (SEL),	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg z jogurtem i koperkiem(ser twarogowy półtłusty, Jogurt naturalny kg , koperek świeży, sól biała) 50g (MLE), Kielbasa szynkowa Jana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), ogórek zielony 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2164.73 kcal; Białko ogółem: 116.59 g; Tłuszcz: 70.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 268.17 g; suma cukrów prostych: 65.49 g; Błonnik pokarmowy: 30.06 g; Sód: 1676.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibóz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-21 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Serek wiejski OSM Radomsko 100g (MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), Rukola 15g, pomidor 100g, Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	zupa z kalarepy na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 400ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Łazanki gotowane z mięsem i kapustą 300g 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Jabłko 1Por, Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty ze szczypiorkiem i słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ), Polędwica sopocka Bieleś 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), pomidor 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Sałatka z warzyw mieszanych i fasolki 150g, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2159.52 kcal; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 77.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; suma cukrów prostych: 72.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g; Sód: 2417.89 mg

poniedziałek 2026-09-21 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Serek wiejski OSM Radomsko 100g (MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), Rukola 15g, pomidor 100g, Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	zupa z kalarepy na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 400ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Makaron gotowany z mięsem drobiowym i warzywami 300g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Jabłko 1Por, Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Polędwica sopocka Bieleś 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Twaróg półtłusty ze słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ), bukiet jarzyn 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Sałatka z warzyw mieszanych 150g, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2148.08 kcal; Białko ogółem: 92.24 g; Tłuszcz: 68.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 299.17 g; suma cukrów prostych: 76.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.68 g; Sód: 2130.80 mg;

poniedziałek 2026-09-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Serek wiejski OSM Radomsko 100g (MLE), pomidor 100g, Rukola 15g, Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02),	zupa z kalarepy na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 400ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Łazanki gotowane z mięsem i kapustą 300g 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Jabłko 1Por, Kompot wieloowocowy bez cukru R 200ml (SEL),	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty ze szczypiorkiem i słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ), Polędwica sopocka Bieleś 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), pomidor 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Sałatka z warzyw mieszanych i fasolki 150g, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2110.87 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 77.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 271.44 g; suma cukrów prostych: 66.66 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; Sód: 2483.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-22 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Kurczak gotowany Cedrob 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta twarogowa z pietruszką bez soli 50g (MLE), Marchewka baby 100g, Szpinak liście 15g, Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Roladka gotowana ze schabu z pieczarkami 100g w sosie pieczeniowym 100ml 1Por (GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki gotowane 200g, Sałatka z ogórków zielonych 150g (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), szynka Jana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z zielonego groszku 50g (SEL, GOR), Papryka świeża 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: Gruszka 100g 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita, otręby owsiane 10g 1Por (GLU, MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2056.73 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 52.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 297.34 g; suma cukrów prostych: 60.50 g; Błonnik pokarmowy: 36.18 g; Sód: 1916.88 mg

wtorek 2026-09-22 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Kurczak gotowany Cedrob 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta twarogowa z pietruszką bez soli 50g (MLE), Szpinak liście 15g, Marchewka baby 100g, Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Roladka gotowana ze schabu z brokulem i twarogiem 100g w sosie koperkowym 100 ml 1Por (GLU, MLE), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchewki i pomarańczy 150g, Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasta z zielonego groszku 50g (SEL, GOR), szynka Jana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidor 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: morela 100g, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita, otręby owsiane 10g 1Por (GLU, MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2249.28 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 74.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 298.50 g; suma cukrów prostych: 65.61 g; Błonnik pokarmowy: 35.44 g; Sód: 1986.38 mg;

wtorek 2026-09-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Kurczak gotowany Cedrob 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Szpinak liście 15g, Marchewka baby 100g, Kakao bez cukru 250ml (MLE), Pasta twarogowa z pietruszką bez soli 50g (MLE),	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Sałatka z ogórków zielonych 150g (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Roladka gotowana ze schabu z pieczarkami 100g w sosie pieczeniowym 100ml 1Por (GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot wieloowocowy bez cukru R 200ml (SEL),	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), szynka Jana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z zielonego groszku 50g (SEL, GOR), Papryka świeża 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: Gruszka 100g 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita, otręby owsiane 10g 1Por (GLU, MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2044.49 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 53.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.71 g; Węglowodany ogółem: 294.91 g; suma cukrów prostych: 55.11 g; Błonnik pokarmowy: 35.95 g; Sód: 1982.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-23 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Serek homogenizowany President(ser twarogowy mielony President) 50g (MLE), Połędwica sopocka Bieleśz 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), ogórek kiszony 100g , Rukola 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Barszcz z botwinki z fasolką 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielały 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), gulasz drobiowy duszony 200g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR), Kasza jęczmienna gotowana 200g (GLU, OZI, ORZ, SEL, S02, ŁUB), Bukiet jarzyn z olejem 150g , Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt. 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Kefir 150 ml 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2171.65 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 65.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 299.06 g; suma cukrów prostych: 54.66 g; Błonnik pokarmowy: 36.16 g; Sód: 2246.68 mg;

środa 2026-09-23 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Połędwica sopocka Bieleśz 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Serek homogenizowany President(ser twarogowy mielony President) 50g (MLE), kalafior gotowany 100g , Rukola 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Barszcz z botwinki 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielały 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ), gulasz drobiowy duszony 200g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR), Kasza jęczmienna gotowana 200g (GLU, OZI, ORZ, SEL, S02, ŁUB), Bukiet jarzyn z olejem 150g , Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Kefir 150 ml 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2093.45 kcal; Białko ogółem: 100.33 g; Tłuszcz: 67.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 278.09 g; suma cukrów prostych: 60.29 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g; Sód: 1480.43 mg;

środa 2026-09-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Połędwica sopocka Bieleśz 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Serek homogenizowany President(ser twarogowy mielony President) 50g (MLE), ogórek kiszony 100g , Rukola 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Barszcz z botwinki z fasolką 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielały 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), gulasz drobiowy duszony 200g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR), Kasza jęczmienna gotowana 200g (GLU, OZI, ORZ, SEL, S02, ŁUB), Bukiet jarzyn z olejem 150g , Kompot wieloowocowy bez cukru R 200ml (SEL),	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt. 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Kefir 150 ml 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2123.00 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 65.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 288.86 g; suma cukrów prostych: 49.20 g; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; Sód: 2312.43 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-24 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Plaster schabu z ziołami 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Pasta twarogowa z koperkiem b.soli(ser twarogowy mielony President , maślanka, koperek świeży) 50g (MLE), Papryka świeża 100g , Rukola 15g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa z zielonego groszku na wywarze drobiowo-warzywnym 400 ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kotlet z jaj 100g(1,3,9) 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z kapusty kiszzonej R 150g , Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty z rzodkiewką i słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ), Kurczak gotowany Cedrob 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ogórek kiszony 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Banan 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: budyń mleczny bez cukru 250g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.20 kcal; Białko ogółem: 97.95 g; Tłuszcz: 78.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 300.82 g; suma cukrów prostych: 87.91 g; Błonnik pokarmowy: 33.76 g; Sód: 2327.48 mg

czwartek 2026-09-24 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Plaster schabu z ziołami 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Pasta twarogowa z koperkiem b.soli(ser twarogowy mielony President , maślanka, koperek świeży) 50g (MLE), Rukola 15g , brokuły gotowane 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Ryż gotowany na mleku z masłem i cynamonem 400g (GLU, MLE), Zupa z zielonego groszku na wywarze drobiowo-warzywnym 400 ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Jabłka duszone z masłem 150g (MLE), Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Kurczak gotowany Cedrob 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), Marchewka baby z olejem 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Banan 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: budyń mleczny bez cukru 250g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2418.24 kcal; Białko ogółem: 105.65 g; Tłuszcz: 69.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 350.69 g; suma cukrów prostych: 122.34 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; Sód: 1422.98 mg;

czwartek 2026-09-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Plaster schabu z ziołami 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Pasta twarogowa z koperkiem b.soli(ser twarogowy mielony President , maślanka, koperek świeży) 50g (MLE), Rukola 15g , Papryka świeża 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa z zielonego groszku na wywarze drobiowo-warzywnym 400 ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kotlet z jaj 100g(1,3,9) 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Surówka z kapusty kiszzonej R 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot wieloowocowy bez cukru R 200ml (SEL),	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty z rzodkiewką i słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ), Kurczak gotowany Cedrob 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ogórek kiszony 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: budyń mleczny bez cukru 250g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.85 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 79.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 290.73 g; suma cukrów prostych: 81.13 g; Błonnik pokarmowy: 34.05 g; Sód: 2394.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-25 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Bułka kajzerka 1szt (GLU), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), dżem 25g , Twaróg z jogurtem naturalnym 50g (MLE), Szpinak liście 15g , ogórek zielony 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa koperkowa z lanym ciastem na wywarze drobiowo-warzywnym 400ml (GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ), Miruna duszona 100g (GLU, SKR, RYB, SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Buraczki z jabłkiem 150g (SEL, GOR), Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty ze szczypiorkiem i słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , rzodkiewka 80g 1Por , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Śliwka 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Kefir 150 ml 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2151.80 kcal; Białko ogółem: 101.06 g; Tłuszcz: 66.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 294.11 g; suma cukrów prostych: 68.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.86 g; Sód: 1685.69 mg;

piątek 2026-09-25 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
Bułka kajzerka 1szt (GLU), bułka kanapkowa 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), dżem 25g , Twaróg z jogurtem naturalnym 50g (MLE), Szpinak liście 15g , pomidor 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa koperkowa z lanym ciastem na wywarze drobiowo-warzywnym 400ml (GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ), Miruna duszona 100g (GLU, SKR, RYB, SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Buraczki z jabłkiem 150g (SEL, GOR), Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , Twaróg półtłusty z pietruszką 50g (MLE), bukiet jarzyn 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Melon 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Kefir 150 ml 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2181.49 kcal; Białko ogółem: 106.11 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 297.25 g; suma cukrów prostych: 71.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g; Sód: 1678.36 mg;

piątek 2026-09-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
Bułka grahamka 1szt (GLU), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty Włoszczowa 80g (MLE), Szpinak liście 15g , ogórek zielony 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa koperkowa z lanym ciastem na wywarze drobiowo-warzywnym 400ml (GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ), Miruna duszona 100g (GLU, SKR, RYB, SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Buraczki z jabłkiem 150g (SEL, GOR), Kompot wieloowocowy bez cukru R 200ml (SEL),	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty ze szczypiorkiem i słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , rzodkiewka 80g 1Por , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Śliwka 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Kefir 150 ml 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2100.41 kcal; Białko ogółem: 106.64 g; Tłuszcz: 66.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 276.31 g; suma cukrów prostych: 64.94 g; Błonnik pokarmowy: 31.31 g; Sód: 1739.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta twarogowa z burakiem i pietruszką 50g (MLE), Rzodkiew biała 100g, Rukola 15g, Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa ziemniaczana 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Papryka faszerowana 200g 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwii 150g (MLE), sos pieczarkowy 120g (GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02),	Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasta twarogowa z rybą gotowaną 50g (SKR, RYB, MLE), Plaster schabu 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), pomidor 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: Gruszka 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,	Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	Posiłek nocny: Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g 1Por, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.15 kcal; Białko ogółem: 113.70 g; Tłuszcz: 54.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 336.83 g; suma cukrów prostych: 86.25 g; Błonnik pokarmowy: 43.30 g; Sód: 1774.75 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta twarogowa z burakiem i pietruszką 50g (MLE), kalafior gotowany 100g, Rukola 15g, Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa ziemniaczana 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Cukinia faszerowana gotowana na parze 200g 1Por (GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki gotowane 200g, Sos pomidorowy 100ml (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Surówka z marchwii 150g (MLE), Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasta twarogowa z rybą gotowaną 50g (SKR, RYB, MLE), Plaster schabu 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Marchewka baby 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: morela 100g, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g 1Por, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2212.41 kcal; Białko ogółem: 114.90 g; Tłuszcz: 56.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 316.07 g; suma cukrów prostych: 74.63 g; Błonnik pokarmowy: 35.98 g; Sód: 1553.65 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), Rukola 15g, Rzodkiew biała 100g, Kakao bez cukru 250ml (MLE), Pasta twarogowa z burakiem i pietruszką 50g (MLE),	Zupa ziemniaczana 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Papryka faszerowana 200g 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki gotowane 200g, sos pieczarkowy 120g (GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Surówka z marchwii 150g (MLE), Kompot wieloowocowy bez cukru R 200ml (SEL),	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasta twarogowa z rybą gotowaną 50g (SKR, RYB, MLE), Plaster schabu 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), pomidor 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, sałata zielona 20g,
II Śniadanie: Gruszka 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g 1Por, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2216.50 kcal; Białko ogółem: 110.91 g; Tłuszcz: 54.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 326.63 g; suma cukrów prostych: 80.79 g; Błonnik pokarmowy: 42.82 g; Sód: 1840.50 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Połędwica wiśniowa Bieleśz 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Serek homogenizowany President (ser twarogowy mielony President) 50g (MLE), Rukola 15g , ogórek zielony 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem 400ml 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bitka 100g ze schabu w sosie 100ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), surówka z kapusty białej 150g (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), Twaróg z chrzanem i słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ, S02), Papryka świeża 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita, płatki owsiane 20g 1Por (GLU, MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2201.08 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.56 g; Węglowodany ogółem: 297.05 g; suma cukrów prostych: 59.82 g; Błonnik pokarmowy: 29.75 g; Sód: 1293.35 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bulka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Połędwica wiśniowa Bieleśz 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Serek homogenizowany President (ser twarogowy mielony President) 50g (MLE), pomidor 100g , Rukola 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem 400ml 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bitka 100g ze schabu w sosie 100ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bukiet jarzyn z olejem 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot wieloowocowy R 200ml (SEL),	bulka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita, płatki owsiane 20g 1Por (GLU, MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2258.42 kcal; Białko ogółem: 108.66 g; Tłuszcz: 78.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 284.16 g; suma cukrów prostych: 50.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g; Sód: 1240.04 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Połędwica wiśniowa Bieleśz 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), ogórek zielony 100g , Rukola 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Serek homogenizowany President (ser twarogowy mielony President) 50g (MLE),	Rosół z makaronem 400ml 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bitka 100g ze schabu w sosie 100ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), surówka z kapusty białej 150g (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot wieloowocowy bez cukru R 200ml (SEL),	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg z chrzanem i słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ, S02), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), Papryka świeża 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita, płatki owsiane 20g 1Por (GLU, MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2152.43 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 69.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 286.85 g; suma cukrów prostych: 54.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.27 g; Sód: 1359.10 mg;