

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-01 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 sopocka Bielesz 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), Rukola 10g , brokuły gotowane z olejem 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa grysikowa 400ml na wywarze drobio-wo-warzywnym 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kurczak pieczony 180g 1Por (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Mizeria 200g R 1Por (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Woda 250ml ,	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 70g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Śliwka 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Sok owocowy 200 ml 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2089.39 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz: 76.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.04 g; Węglowodany ogółem: 241.19 g; suma cukrów prostych: 32.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g; Sód: 2820.50 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Połędwica sopocka Bielesz 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), Rukola 10g , pomidor 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa grysikowa 400ml na wywarze drobio-wo-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), Woda 250ml ,	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 70g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Melon 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Sok owocowy 200 ml 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.86 kcal; Białko ogółem: 114.65 g; Tłuszcz: 83.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 251.82 g; suma cukrów prostych: 46.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.50 g; Sód: 2100.12 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Połędwica sopocka Bielesz 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), Rukola 10g , brokuły gotowane z olejem 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa grysikowa 400ml na wywarze drobio-wo-warzywnym 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kurczak gotowany 180g 1Por , Ziemniaki gotowane 200g , Mizeria 200g R 1Por (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Woda 250ml ,	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 70g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Śliwka 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2095.14 kcal; Białko ogółem: 114.81 g; Tłuszcz: 80.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 231.38 g; suma cukrów prostych: 36.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g; Sód: 3016.32 mg;

Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższą np. epidemią COVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-02 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 z fasoli 50g (GLU, OZI, ORZ, SEL, GOR, S02, ŁUB), Kurczak gotowany Cedrob 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g , Rzodkiew biała 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa jarzynowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kotlet półmięśny drobiowy pieczony 110g (GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki gotowane 200g , surówka z kapusty białej 150g (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Woda 250ml ,	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), sałata zielona 20g , ogórek zielony 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt. 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2199.72 kcal; Białko ogółem: 90.43 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 332.98 g; suma cukrów prostych: 60.53 g; Błonnik pokarmowy: 37.81 g; Sód: 4065.38 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasztet z kurczaka pieczonego 50g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kurczak gotowany Cedrob 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g , Bukiet jarzyn z olejem 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa jarzynowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Budyń półmięśny drobiowy gotowany 100g 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki gotowane 200g , bu-raczki na zimno 150g (SEL, GOR), Woda 250ml ,	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg z jogurtem i koperkiem(ser twarogowy półtłusty, Jogurt naturalny kg , koperek świeży, sól biała) 50g (MLE), szynka Grzegorza 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02), sałata zielona 20g , pomidor 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2204.46 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 69.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 313.65 g; suma cukrów prostych: 72.73 g; Błonnik pokarmowy: 33.09 g; Sód: 2168.50 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), pasta z fasoli 50g (GLU, OZI, ORZ, SEL, GOR, S02, ŁUB), Kurczak gotowany Cedrob 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g , Rzodkiew biała 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa jarzynowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabieleną 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Budyń półmięśny drobiowy gotowany 100g 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki gotowane 200g , su-rówka z kapusty białej 150g (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Woda 250ml ,	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), sałata zielona 20g , ogórek zielony 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2003.20 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 52.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.27 g; Węglowodany ogółem: 299.12 g; suma cukrów prostych: 66.23 g; Błonnik pokarmowy: 36.51 g; Sód: 3391.42 mg;

Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższą np. epidemią COVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-03 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 koperkiem (ser twarogowy mielony President , maślanka, koperek świeży, sól biała) 50g (MLE), Papryka świeża 100g , Rukola 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa z soczewicy na wywarze drobiowo-warzywnym 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Makaron pełnoziarnisty gotowany z warzywami 300g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), sos pieczarkowy 120g (GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Jabłko 1Por , Woda 250ml ,	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 70g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: morela 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2082.24 kcal; Białko ogółem: 86.48 g; Tłuszcz: 57.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 310.41 g; suma cukrów prostych: 69.66 g; Błonnik pokarmowy: 35.14 g; Sód: 2164.80 mg;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasta twarogowa z koperkiem (ser twarogowy mielony President , maślanka, koperek świeży, sól biała) 50g (MLE), Połędwica wiśniowa Bieleś 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Rukola 15g , Marchewka baby z olejem 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa krupnik 400ml z ziemniakami na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Naleśniki ze szpinakiem i serem 300g 3 sztuki 1Por (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), Jabłko 1Por , Woda 250ml ,	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), sałata zielona 20g , pomidor 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: morela 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2296.39 kcal; Białko ogółem: 86.75 g; Tłuszcz: 68.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 338.99 g; suma cukrów prostych: 65.21 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g; Sód: 2157.94 mg;

czwartek 2026-09-03 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), Pasta twarogowa z koperkiem (ser twarogowy mielony President , maślanka, koperek świeży, sól biała) 50g (MLE), Papryka świeża 100g , Rukola 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa z soczewicy na wywarze drobiowo-warzywnym 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Makaron pełnoziarnisty gotowany z warzywami 300g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Jabłko 1Por , sos pieczarkowy 120g (GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Woda 250ml ,	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), sałata zielona 20g , pomidor 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: morela 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Skyr naturalny 150g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2108.24 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; Tłuszcz: 57.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 302.56 g; suma cukrów prostych: 60.86 g; Błonnik pokarmowy: 35.04 g; Sód: 2230.80 mg;

Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższą np. epidemią COVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Bułka grahamka 1szt (GLU), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Dżemik 25g 1Por, Twaróg z jogurtem naturalnym 80g (MLE), Rukola 10g, 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, Woda 250ml,	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), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), sałata zielona 20g, Papryka świeża 70g, Herbata owocowa bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Herbata bez cukru 250g 1Por, Gruszka 100g 1szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2082.87 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 267.72 g; suma cukrów prostych: 58.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.43 g; Sód: 3335.82 mg;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna D02)		
bułka kanapkowa 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Bułka kajzerka 1szt (GLU), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Dżemik 25g 1Por, Twaróg z jogurtem naturalnym 80g (MLE), brokuły gotowane 100g, Rukola 10g, 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, Woda 250ml,	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), pieczeń z warzywami 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), szynka Jana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), sałata zielona 20g, pomidor 70g, Herbata owocowa bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Melon 100g, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2162.95 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 76.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 269.59 g; suma cukrów prostych: 54.28 g; Błonnik pokarmowy: 26.33 g; Sód: 3214.33 mg;

piątek 2026-09-04 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 z jogurtem naturalnym 80g (MLE), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g, Rukola 10g, 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, Woda 250ml,	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), szynka Jana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), sałata zielona 20g, Papryka świeża 70g, Herbata owocowa bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2126.44 kcal; Białko ogółem: 103.04 g; Tłuszcz: 73.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 269.51 g; suma cukrów prostych: 58.82 g; Błonnik pokarmowy: 29.17 g; Sód: 3370.47 mg

Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższą np. epidemią COVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Szyńka dębowa drobiowa NikPol 40g , Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), ogórek kiszony 100g , Rukola 10g , 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 gotowana 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, ŁUB), Surówka z cukini 150g (SEL, GOR), Woda 250ml ,	chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty z makrelą wędzoną 50g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR), Polędwica wiśniowa 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), sałata zielona 20g , Rzodkiew biała 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Śliwka 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2067.69 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 284.45 g; suma cukrów prostych: 41.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; Sód: 2697.85 mg;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Szyńka dębowa drobiowa NikPol 40g , Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), Rukola 10g , pomidor 100g , 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), 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, ŁUB), Surówka z cukini 150g (SEL, GOR), Woda 250ml ,	Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Pasta twarogowa z rybą gotowaną 50g (SKR, RYB, MLE), Polędwica wiśniowa 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), sałata zielona 20g , Marchewka baby 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2010.96 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz: 56.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.75 g; Węglowodany ogółem: 283.77 g; suma cukrów prostych: 57.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.42 g; Sód: 1533.24 mg;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), Szyńka dębowa drobiowa NikPol 40g , ogórek kiszony 100g , Rukola 10g , 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 gotowana 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, ŁUB), Surówka z cukini 150g (SEL, GOR), Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty z makrelą wędzoną 50g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR), Polędwica wiśniowa 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), sałata zielona 20g , Rzodkiew biała 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2075.69 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 66.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 278.25 g; suma cukrów prostych: 48.20 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g; Sód: 2763.85 mg;

Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższą np. epidemią COVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-06 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), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), Rukola 10g , 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 100g w sosie 100ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), surówka z kapusty czerwonej 150g (SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Woda 250ml ,	Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), 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 , ogórek zielony 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2021.43 kcal; Białko ogółem: 104.90 g; Tłuszcz: 61.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 263.87 g; suma cukrów prostych: 46.33 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g; Sód: 3153.28 mg;

niedziela 2026-09-06 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), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), Rukola 10g , kalafior gotowany 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 100g w sosie 100ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), buraczki na zimno 150g (SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Woda 250ml ,	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 70g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2146.72 kcal; Białko ogółem: 111.73 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 274.34 g; suma cukrów prostych: 59.69 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g; Sód: 2923.26 mg;

niedziela 2026-09-06 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), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), Rzodkiew biała 100g , Rukola 10g , 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 100g w sosie 100ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), surówka z kapusty czerwonej 150g (SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Woda 250ml ,	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), sałata zielona 20g , ogórek zielony 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pomarańcza 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Skyr naturalny 150g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2068.23 kcal; Białko ogółem: 120.68 g; Tłuszcz: 61.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.86 g; Węglowodany ogółem: 260.34 g; suma cukrów prostych: 54.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g; Sód: 3224.08 mg;

Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższą np. epidemią COVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Dżemik 25g 1Por, Serek wiejski OSM Radomsko 100g (MLE), Rukola 10g, 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), Kurczak gotowany a'la chili con carne z fasolą 150g 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ryż brązowy gotowany 200g 1Por (GLU), Surówka z kap.pekińskiej 150g (SEL, GOR), Woda 250ml,	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 sopočka Bieleśz 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), sałata zielona 20g, pomidor 70g, Herbata owocowa bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Mus owocowy 120g 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2162.59 kcal; Białko ogółem: 77.95 g; Tłuszcz: 70.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 308.51 g; suma cukrów prostych: 65.55 g; Błonnik pokarmowy: 35.92 g; Sód: 3714.78 mg;

poniedziałek 2026-09-07 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), Dżemik 25g 1Por, Rukola 10g, 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), Kurczak w sosie śmiet.-piet200g(1,7,9,10 1Por (GLU, MLE, SEL, GOR), Ryż 200g gotowany na sypko C 1Por (GLU), Surówka z marchewki i pomarańczy 150g, Woda 250ml,	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Polędwica sopočka Bieleśz 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Twaróg półtłusty ze słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ), sałata zielona 20g, bukiet jarzyn 70g, Herbata owocowa bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Nektaryna 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Mus owocowy 120g 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.63 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 75.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 309.34 g; suma cukrów prostych: 67.07 g; Błonnik pokarmowy: 31.88 g; Sód: 3441.45 mg;

poniedziałek 2026-09-07 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), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g, pomidor 100g, Rukola 10g, 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), Kurczak gotowany a'la chili con carne z fasolą 150g 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ryż brązowy gotowany 200g 1Por (GLU), Surówka z kap.pekińskiej 150g (SEL, GOR), Woda 250ml,	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg półtłusty ze szczypiorkiem i słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ), Polędwica sopočka Bieleśz 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), sałata zielona 20g, pomidor 70g, Herbata owocowa bez cukru 250ml,
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]: 2137.85 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 285.62 g; suma cukrów prostych: 62.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g; Sód: 3780.53 mg;

Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższą np. epidemią COVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-08 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), Serek homogenizowany President (ser twarogowy mielony President) 50g (MLE), Rzodkiew biała 100g , Rukola 10g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabelana 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), Woda 250ml ,	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), sałata zielona 20g , Papryka świeża 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Gruszka 100g 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2113.28 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz: 67.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 278.89 g; suma cukrów prostych: 50.27 g; Błonnik pokarmowy: 33.80 g; Sód: 3738.95 mg;

wtorek 2026-09-08 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), Serek homogenizowany President (ser twarogowy mielony President) 50g (MLE), Rukola 10g , Marchewka baby 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabelana 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, SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z marchewki i pomarańczy 150g , Woda 250ml ,	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), sałata zielona 20g , pomidor 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: morela 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.21 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.58 g; Węglowodany ogółem: 282.73 g; suma cukrów prostych: 57.95 g; Błonnik pokarmowy: 33.33 g; Sód: 3620.98 mg;

wtorek 2026-09-08 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), Serek homogenizowany President (ser twarogowy mielony President) 50g (MLE), Rukola 10g , Rzodkiew biała 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabelana 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 , Woda 250ml ,	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), sałata zielona 20g , Papryka świeża 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Gruszka 100g 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2125.69 kcal; Białko ogółem: 102.84 g; Tłuszcz: 67.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 282.66 g; suma cukrów prostych: 50.54 g; Błonnik pokarmowy: 33.94 g; Sód: 3805.15 mg;

Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższą np. epidemią COVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
Chleb 50g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEZ</i>), chleb żytni 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka Bielesz 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Twaróg półtłusty z pietruszką 50g (<i>MLE</i>), ogórek kiszony 100g, Rukola 10g, Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze drobiowo- warzywnym zabelana 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), gulasz drobiowy gotowany 200g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</i>), Kasza jęczmienna gotowana 200g (<i>GLU, OZI, ORZ, SEL, S02, LUB</i>), Sałata zielona 70g z jogurtem 20ml 1Por, Woda 250ml,	Chleb 50g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEZ</i>), chleb żytni 50g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rybą gotowaną i warzywami 50g (<i>GLU, SKR, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</i>), szynka Grzegorza 40g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), sałata zielona 20g, pomidor 70g, Herbata owocowa bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Pomarańcza 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1920.58 kcal; Białko ogółem: 100.56 g; Tłuszcz: 45.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 281.88g; suma cukrów prostych: 52.81 g; Błonnik pokarmowy: g; Sód: 2539.67 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
bułka kanapkowa 100g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEZ</i>), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka Bielesz 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Twaróg półtłusty z pietruszką 50g (<i>MLE</i>), kafałior gotowany 100g, Rukola 10g, Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze drobiowo- warzywnym zabelana 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), gulasz drobiowy gotowany 200g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</i>), Kasza jęczmienna gotowana 200g (<i>GLU, OZI, ORZ, SEL, S02, LUB</i>), Sałata zielona 70g z jogurtem 20ml 1Por, Woda 250ml,	bułka kanapkowa 100g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEZ</i>), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z rybą gotowaną i warzywami 50g (<i>GLU, SKR, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</i>), szynka Grzegorza 40g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), pomidor 70g, Herbata owocowa bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Pomarańcza 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: sałata zielona 20g, Mus owocowy 100g 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1948.38 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 48.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 280.84 g; suma cukrów prostych: 55.92 g; Błonnik pokarmowy: 31.88g; Sód: 2013.72 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka Bielesz 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Twaróg półtłusty z pietruszką 50g (<i>MLE</i>), ogórek kiszony 100g, Rukola 10g, Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze drobiowo- warzywnym zabelana 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), gulasz drobiowy gotowany 200g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</i>), Kasza jęczmienna gotowana 200g (<i>GLU, OZI, ORZ, SEL, S02, LUB</i>), Sałata zielona 70g z jogurtem 20ml 1Por, Woda 250ml,	chleb żytni 100g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (<i>MLE</i>), szynka Grzegorza 40g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Pasta twarogowa z rybą gotowaną i warzywami 50g (<i>GLU, SKR, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</i>), pomidor 70g, sałata zielona 20g, Herbata owocowa bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Pomarańcza 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Skyr naturalny 150g 1Por (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1913.41 kcal; Białko ogółem: 112.80 g; Tłuszcz: 44.64g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.93 g; Węglowodany ogółem: 271.53 g; suma cukrów prostych: 43.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.91 g; Sód: 2597.26 mg;

Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższą np. epidemią COVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-10 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 burakiem i pietruszką 50g (MLE), Papryka świeża 100g, Rukola 10g, Kakao bez cukru 250ml (MLE), II Śniadanie: Nektaryna 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,	Zupa z zielonego groszku na wywarze drobiowo-warzywnym 400 ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Jaja 2 szt gotowane w sosie koperkowym 100 ml 1Por (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki gotowane 200g, Sałatka wiosenna 150g (SEL, GOR), Woda 250ml,	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), sałata zielona 20g, ogórek kiszony 70g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, Posiłek nocny: Sok owocowy 200 ml 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2081.23 kcal; Białko ogółem: 92.16 g; Tłuszcz: 65.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 284.45 g; suma cukrów prostych: 54.49 g; Błonnik pokarmowy: 31.26 g; Sód: 2748.13 mg;

czwartek 2026-09-10 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 burakiem i pietruszką 50g (MLE), Rukola 10g, brokuły gotowane 100g, Kakao bez cukru 250ml (MLE), II Śniadanie: Nektaryna 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,	Zupa z zielonego groszku na wywarze drobiowo-warzywnym 400 ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Pierogi leniwe gotowane z masłem 10 sztuk 300g 1Por (JAJ, MLE), Jabłko 1Por, Woda 250ml,	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), sałata zielona 20g, Marchewka baby z olejem 70g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, Posiłek nocny: Sok owocowy 200 ml 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2270.49 kcal; Białko ogółem: 94.95 g; Tłuszcz: 56.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 354.26 g; suma cukrów prostych: 73.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.89 g; Sód: 2235.07 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasta twarogowa z burakiem i pietruszką 50g (MLE), Plaster schabu z ziołami 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Rukola 10g, Papryka świeża 100g, Kakao bez cukru 250ml (MLE), II Śniadanie: Nektaryna 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,	Zupa z zielonego groszku na wywarze drobiowo-warzywnym 400 ml 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Jaja 2 szt gotowane w sosie koperkowym 100 ml 1Por (GLU, JAJ, MLE), Sałatka wiosenna 150g (SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g, Woda 250ml,	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), sałata zielona 20g, ogórek kiszony 70g, Herbata owocowa bez cukru 250ml, Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2075.23 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 68.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 274.75 g; suma cukrów prostych: 58.89 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Sód: 2877.13 mg;

Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższą np. epidemią COVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)		
chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Bułka kajzerka 1szt (GLU), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Dżemik 25g 1Por, Twaróg z jogurtem naturalnym 80g (MLE), Rukola 10g, 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, GOR, SEZ), Miruna duszona 100g (GLU, SKR, RYB, SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z jabłkiem 150g (SEL, GOR), Woda 250ml,	Chleb 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 50g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g, Twaróg półtłusty ze szczypiorkiem i słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ), sałata zielona 20g, Rzodkiew biała 70g, Herbata owocowa bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Śliwka 100g, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2164.98 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 65.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 300.73 g; suma cukrów prostych: 66.90 g; Błonnik pokarmowy: 29.03 g; Sód: 2659.28 mg;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)		
Bułka kajzerka 1szt (GLU), bułka kanapkowa 50g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Dżemik 25g 1Por, Twaróg z jogurtem naturalnym 80g (MLE), Rukola 10g, 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, GOR, SEZ), Miruna duszona 100g (GLU, SKR, RYB, SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z jabłkiem 150g (SEL, GOR), Woda 250ml,	bułka kanapkowa 100g (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g, Twaróg półtłusty z pietruszką 50g (MLE), sałata zielona 20g, bukiet jarzyn 70g, Herbata owocowa bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Melon 100g, Herbata bez cukru 250g 1Por,		Posiłek nocny: Sok owocowy 200ml 1szt, Herbata bez cukru 250g 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.54 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 65.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 300.48 g; suma cukrów prostych: 68.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g; Sód: 2643.87 mg

piątek 2026-09-11 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 z jogurtem naturalnym 80g (MLE), Rukola 10g, ogórek zielony 100g, Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), szynka Jana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR),	Zupa koperkowa z lanym ciastem na wywarze drobiowo-warzywnym 400ml (GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Miruna duszona 100g (GLU, SKR, RYB, SEL, GOR), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z jabłkiem 150g (SEL, GOR), Woda 250ml,	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, sałata zielona 20g, Rzodkiew biała 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml,
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]: 2167.17 kcal; Białko ogółem: 114.63 g; Tłuszcz: 70.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 277.06 g; suma cukrów prostych: 65.02 g; Błonnik pokarmowy: 31.96 g; Sód: 2977.61 mg;

Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższą np. epidemią COVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-12 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), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), kalafior gotowany z olejem 100g , Rukola 10g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa ziemniaczana 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabelana 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Leczo gotowane z cukini z kielbasą i mięsem drobiowym 300g 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Bułka grahamka 1szt (GLU), Banan 1 szt. 1Por , Woda 250ml ,	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), sałata zielona 20g , pomidor 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2147.73 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 60.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.22 g; Węglowodany ogółem: 305.76 g; suma cukrów prostych: 86.80 g; Błonnik pokarmowy: 33.78 g; Sód: 3998.02 mg;

sobota 2026-09-12 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), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), kalafior gotowany z olejem 100g , Rukola 10g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa ziemniaczana 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabelana 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Leczo gotowane z cukini z mięsem drobiowym 300g 300g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Banan 1 szt. 1Por , Bułka kajzerka 1szt (GLU), Woda 250ml ,	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), sałata zielona 20g , Marchewka baby 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: morela 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2099.50 kcal; Białko ogółem: 106.05 g; Tłuszcz: 58.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 294.52 g; suma cukrów prostych: 78.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.78 g; Sód: 2510.58 mg;

sobota 2026-09-12 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), Jajko 1szt. 1Por (JAJ), Rukola 10g , kalafior gotowany z olejem 100g , Kakao bez cukru 250ml (MLE),	Zupa ziemniaczana 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabelana 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Leczo gotowane z cukini z kielbasą i mięsem drobiowym 300g 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Bułka grahamka 1szt (GLU), Pomarańcza 1szt , Woda 250ml ,	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), sałata zielona 20g , pomidor 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		Posiłek nocny: Skyr naturalny 150g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2093.13 kcal; Białko ogółem: 114.94 g; Tłuszcz: 60.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 278.21 g; suma cukrów prostych: 69.84 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g; Sód: 4068.22 mg;

Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższą np. epidemią COVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-13 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), Pasta z soczewicy z koncentratem pomidorowym 50g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Rukola 10g , ogórek zielony 80g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem 400ml 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bitka z udźca kurczaka 100g duszona w sosie 100g 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), surówka z kapusty białej 150g (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki gotowane 200g , Woda 250ml ,	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), Twaróg z chrzanem i słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ, S02), Papryka świeża 70g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 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]: 2159.34 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 288.95 g; suma cukrów prostych: 53.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g; Sód: 3146.16 mg;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: Dieta łatwo strawna (D02)		
bułka 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 80g , Rukola 10g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem 400ml 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bitka z udźca kurczaka 100g duszona w sosie 100g 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bukiet jarzyn z olejem 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Woda 250ml ,	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), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), sałata zielona 20g , pomidor 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 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]: 2106.45 kcal; Białko ogółem: 94.25 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 263.89 g; suma cukrów prostych: 42.63 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g; Sód: 1600.35 mg;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)		
chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Pasta z soczewicy z koncentratem pomidorowym 50g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Połędwica wiśniowa Bieleśz 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), ogórek zielony 80g , Rukola 10g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem 400ml 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bitka z udźca kurczaka 100g duszona w sosie 100g 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), surówka z kapusty białej 150g (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki gotowane 200g , Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (MLE), Twaróg z chrzanem i słonecznikiem 50g (OZI, MLE, ORZ, SEZ, S02), Pasztet z kurczaka pieczonego 40g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), sałata zielona 20g , Papryka świeża 70g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 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]: 2135.34 kcal; Białko ogółem: 85.04 g; Tłuszcz: 74.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 284.95 g; suma cukrów prostych: 53.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.06 g; Sód: 3212.16 mg;