Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

poniedziałek 2026-10-12 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 , Roszponka 15g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Zupa grochówka na wywarze drobiowo-warzywnym 400g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Kotlet z kaszy i warzyw pieczony 100g 1Por (***GLU, JAJ, OZI, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB***), Ziemniaki gotowane 200g , Ogórki kiszone - surówka 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***), Jajko 1szt. 1Por (***JAJ***), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Mandarynka 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]: 2543.61 kcal; Białko ogółem: 99.43 g; Tłuszcz: 90.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 346.02 g; suma cukrów prostych: 61.15 g; Błonnik pokarmowy: 43.53 g; Sód: 2680.26 mg;

poniedziałek 2026-10-12 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***), Roszponka 15g , Marchewka baby z olejem 100g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Naleśniki z dżemem i serem 300g 3 sztuki 1Por (***GLU, JAJ, MLE***), Kiwi 100g 1szt , Sos truskawkowy 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), 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: Mandarynka 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]: 2623.36 kcal; Białko ogółem: 114.61 g; Tłuszcz: 79.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.23 g; Węglowodany ogółem: 368.40 g; suma cukrów prostych: 79.12 g; Błonnik pokarmowy: 24.85 g; Sód: 1617.22 mg;

poniedziałek 2026-10-12 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***), Pasta z soczewicy 50g (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Marchewka baby z olejem 100g , Roszponka 15g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Kotlet z kaszy i warzyw pieczony 100g 1Por (***GLU, JAJ, OZI, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB***), Ziemniaki gotowane 200g , Ogórki kiszone - surówka 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***), Jajko 1szt. 1Por (***JAJ***), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Mandarynka 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]: 2359.89 kcal; Białko ogółem: 85.09 g; Tłuszcz: 90.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.01 g; Węglowodany ogółem: 310.94 g; suma cukrów prostych: 55.46 g; Błonnik pokarmowy: 36.86 g; Sód: 2664.75 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

wtorek 2026-10-13 — Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pasta rybno-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 , 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 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:** sałata zielona 20g , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2281.56 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 78.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 281.85 g; suma cukrów prostych: 76.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.20 g; Sód: 2684.35 mg;

wtorek 2026-10-13 — Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pasta rybno-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 , 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 Włoszczowa 50g (***MLE***), szynka Jana 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Brokuły gotowane 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata 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]: 2311.92 kcal; Białko ogółem: 121.79 g; Tłuszcz: 81.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 279.76 g; suma cukrów prostych: 80.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.28 g; Sód: 2255.52 mg;

wtorek 2026-10-13 — Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pasta rybno-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 , buraczki na zimno 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 , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Nektaryna 1 szt. 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.09 kcal; Białko ogółem: 115.71 g; Tłuszcz: 79.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 271.55 g; suma cukrów prostych: 69.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.49 g; Sód: 2750.92 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

środa 2026-10-14 — Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), 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 zabielana 400ml (***GLU, MLE, SEL***), Gołąbki bez zawijania z mięsem drobiowym 200g 2szt 1Por (***GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z marchwi z sokiem z cytryny 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 50g (***MLE***), szynka Grzegorza 40g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02***), ogórek zielony 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Kiwi 100g 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]: 2414.65 kcal; Białko ogółem: 110.15 g; Tłuszcz: 77.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 325.80 g; suma cukrów prostych: 87.86 g; Błonnik pokarmowy: 39.88 g; Sód: 1640.51 mg;

środa 2026-10-14 — 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 zabielana 350ml (***GLU, MLE, SEL***), Pulpet drobiowy półmięsny 110g 1Por (***GLU, JAJ, SEL, GOR***), Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z marchwi z sokiem z cytryny 150g , 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: Kiwi 100g 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]: 2303.76 kcal; Białko ogółem: 104.32 g; Tłuszcz: 78.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 303.00 g; suma cukrów prostych: 85.37 g; Błonnik pokarmowy: 34.21 g; Sód: 2497.09 mg;

środa 2026-10-14 — 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 zabielana 400ml (***GLU, MLE, SEL***), Gołąbki bez zawijania z mięsem drobiowym 200g 2szt 1Por (***GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z marchwi z sokiem z cytryny 150g , 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: Kiwi 100g 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]: 2366.96 kcal; Białko ogółem: 107.38 g; Tłuszcz: 78.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; suma cukrów prostych: 82.45 g; Błonnik pokarmowy: 39.44 g; Sód: 2357.89 mg

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

czwartek 2026-10-15 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Plaster schabu z ziołami 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, 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 zabielana 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***), Galaretka mięsno-warzywna 100g (***GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 1szt , 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]: 2270.37 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 60.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 342.72 g; suma cukrów prostych: 85.40 g; Błonnik pokarmowy: 45.19 g; Sód: 1646.10 mg;

czwartek 2026-10-15 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 15g , Marchewka baby z olejem 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02***), Grysik gotowany na mleku 300g 1Por (***GLU, MLE***), Banan 1 szt. 1Por , 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***), Galaretka mięsno-warzywna 100g (***GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Melon 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]: 2162.85 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 66.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 308.56 g; suma cukrów prostych: 92.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.11 g; Sód: 2491.35 mg;

czwartek 2026-10-15 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***), 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 zabielana 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***), Galaretka mięsno-warzywna 100g (***GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 1szt , 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]: 2289.43 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 68.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 332.57 g; suma cukrów prostych: 79.93 g; Błonnik pokarmowy: 44.71 g; Sód: 1711.85 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

piątek 2026-10-16 — 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 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 kiszonej 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]: 2116.02 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 70.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.54 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; suma cukrów prostych: 63.19 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g; Sód: 1883.73 mg;

piątek 2026-10-16 — 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 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]: 2209.65 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 74.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.28 g; Węglowodany ogółem: 293.83 g; suma cukrów prostych: 63.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g; Sód: 1682.48 mg;

piątek 2026-10-16 — 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 kiszonej 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;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

sobota 2026-10-17 — 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 brokułem b.soli(ser twarogowy mielony President , brokuły mrożone) 50g (***MLE***), ogórek kiszony 100g , Roszponka 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa kalafiorowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Zraz drobiowo-wieprzowy 110g duszony w sosie pieczarkowym 120ml 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), kasza pęczak gotowana 200g 1Por (***GLU, ORZ, SEL, ŁUB***), Sałata zielona 70g z sosem winegret 20 ml 1Por , Kompot wieloowocowy R 200ml (***SEL***),	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***), Polędwica wiśniowa 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), rzodkiewka 80g 1Por , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Śliwka 1 szt 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Kefir 150 ml 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2129.72 kcal; Białko ogółem: 95.54 g; Tłuszcz: 78.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 264.45 g; suma cukrów prostych: 41.80 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g; Sód: 2117.96 mg;

sobota 2026-10-17 — Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , Roszponka 15g , pomidor 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Pasta twarogowa z brokułem b.soli(ser twarogowy mielony President , brokuły mrożone) 50g (***MLE***),	Zupa kalafiorowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 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***), Sałata 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***), Polędwica 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 2026-10-17 — 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 brokułem b.soli(ser twarogowy mielony President , brokuły mrożone) 50g (***MLE***), ogórek kiszony 100g , Roszponka 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa kalafiorowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Zraz drobiowo-wieprzowy 110g duszony w sosie pieczarkowym 120ml 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), kasza pęczak gotowana 200g 1Por (***GLU, ORZ, SEL, ŁUB***), 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***), Pasta twarogowa z rybą gotowaną 50g (***SKR, RYB, MLE***), Polędwica wiśniowa 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), rzodkiewka 80g 1Por , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Śliwka 1 szt 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Kefir 150 ml 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2081.07 kcal; Białko ogółem: 92.75 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 254.25 g; suma cukrów prostych: 36.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.87 g; Sód: 2183.71 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

niedziela 2026-10-18 — 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 , Polędwica sopocka Bielesz 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 , Kiełbasa 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 2026-10-18 — 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 , Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Szpinak liście 15g , 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 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 2026-10-18 — 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 , Polędwica sopocka Bielesz 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***), Kiełbasa szynkowa Jana 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), ogórek zielony 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Nektaryna 1 szt. 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;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

poniedziałek 2026-10-19 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 zielonego groszku na wywarze drobiowo-warzywnym 400 ml 1Por (***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 Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Sałatka z warzyw mieszanych i fasolki 150g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2122.11 kcal; Białko ogółem: 93.00 g; Tłuszcz: 76.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 271.65 g; suma cukrów prostych: 66.69 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g; Sód: 2426.33 mg;

poniedziałek 2026-10-19 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 zielonego groszku na wywarze drobiowo-warzywnym 400 ml 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Makaron gotowany z mięsem drobiowym i warzywami 300g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Jabłko 1 szt. 1Por , Kompot wieloowocowy R 200ml (***SEL***),	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Polędwica sopocka Bielesz 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: Mandarynka 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Sałatka z warzyw mieszanych 150g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2110.67 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 68.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.87 g; Węglowodany ogółem: 289.17 g; suma cukrów prostych: 70.78 g; Błonnik pokarmowy: 34.34 g; Sód: 2139.24 mg;

poniedziałek 2026-10-19 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 zielonego groszku na wywarze drobiowo-warzywnym 400 ml 1Por (***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 1 szt. 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 Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Sałatka z warzyw mieszanych i fasolki 150g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.46 kcal; Białko ogółem: 90.21 g; Tłuszcz: 77.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 261.45 g; suma cukrów prostych: 61.23 g; Błonnik pokarmowy: 31.91 g; Sód: 2492.08 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

wtorek 2026-10-20 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 zabielana 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02***), Roladka pieczona ze schabu z pieczarkami 100g w sosie pieczeniowym 100ml 1Por (***GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Ziemniaki gotowane 200g , 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***), 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 (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2249.86 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 67.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 313.10 g; suma cukrów prostych: 79.38 g; Błonnik pokarmowy: 39.87 g; Sód: 2064.93 mg;

wtorek 2026-10-20 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 zabielana 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02***), Roladka gotowana ze schabu z brokułem i twarożkiem 100g w sosie koperkowym 100 ml 1Por (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane 200g , buraczki na zimno 150g (***SEL, GOR***), 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]: 2299.72 kcal; Białko ogółem: 109.66 g; Tłuszcz: 74.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 308.04 g; suma cukrów prostych: 75.68 g; Błonnik pokarmowy: 34.36 g; Sód: 2019.80 mg;

wtorek 2026-10-20 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 zabielana 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02***), buraczki na zimno 150g (***SEL, GOR***), Roladka pieczona 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 (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2237.62 kcal; Białko ogółem: 105.66 g; Tłuszcz: 67.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 310.67 g; suma cukrów prostych: 74.00 g; Błonnik pokarmowy: 39.63 g; Sód: 2130.88 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

środa 2026-10-21 — 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***), Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), ogórek kiszony 100g , Rukola 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz z ziemniakami 400 ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielany 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), 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***), 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***), Pasta z jaj 50g (***JAJ, S02***), szynka Grzegorza 40g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02***), pomidor 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]: 2109.40 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz: 70.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 287.83 g; suma cukrów prostych: 58.54 g; Błonnik pokarmowy: 34.82 g; Sód: 2542.14 mg;

środa 2026-10-21 — Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Polędwica sopocka Bielesz 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 ziemniakami 400 ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielany 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), gulasz drobiowy duszony 200g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR***), Ryż biały 200g gotowany na sypko C 1Por (***GLU***), Bukiet jarzyn z olejem 150g , Kompot wieloowocowy R 200ml (***SEL***),	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Pasta z białka jaja 50g (***JAJ, MLE***), szynka Grzegorza 40g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02***), pomidor 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]: 2131.50 kcal; Białko ogółem: 104.66 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 281.15 g; suma cukrów prostych: 57.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; Sód: 2535.08 mg;

środa 2026-10-21 — Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Polędwica sopocka Bielesz 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 ziemniakami 400 ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielany 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), 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***), 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***), Pasta z jaj 50g (***JAJ, S02***), pomidor 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]: 2060.75 kcal; Białko ogółem: 85.17 g; Tłuszcz: 71.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 277.63 g; suma cukrów prostych: 53.08 g; Błonnik pokarmowy: 34.34 g; Sód: 2607.89 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

czwartek 2026-10-22 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Galaretka mięsno-warzywna 100g (***GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), 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 pieczony 100g 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z kapusty kiszonej 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]: 2301.60 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 79.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 302.08 g; suma cukrów prostych: 88.31 g; Błonnik pokarmowy: 34.11 g; Sód: 2350.96 mg;

czwartek 2026-10-22 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Galaretka mięsno-warzywna 100g (***GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), 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 150g , 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]: 2420.20 kcal; Białko ogółem: 108.25 g; Tłuszcz: 67.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 351.94 g; suma cukrów prostych: 122.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g; Sód: 1446.20 mg;

czwartek 2026-10-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Galaretka mięsno-warzywna 100g (***GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), 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 pieczony 100g 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Surówka z kapusty kiszonej 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 1 szt. 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]: 2256.25 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.41 g; Węglowodany ogółem: 291.99 g; suma cukrów prostych: 81.53 g; Błonnik pokarmowy: 34.40 g; Sód: 2417.81 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

piątek 2026-10-23 — 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 półtłusty Włoszczowa 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: Mandarynka 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Kefir 150 ml 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2165.76 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 66.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 297.17 g; suma cukrów prostych: 80.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g; Sód: 1688.21 mg;

piątek 2026-10-23 — 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 półtłusty Włoszczowa 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: Mandarynka 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Kefir 150 ml 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2198.85 kcal; Białko ogółem: 106.83 g; Tłuszcz: 67.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 301.93 g; suma cukrów prostych: 83.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g; Sód: 1656.48 mg;

piątek 2026-10-23 — 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 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 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: Mandarynka 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Kefir 150 ml 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2066.11 kcal; Białko ogółem: 101.06 g; Tłuszcz: 65.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 276.97 g; suma cukrów prostych: 66.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.99 g; Sód: 1726.71 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

sobota 2026-10-24 — 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 koperkowa z ziemniakami 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Bigos z mięsem drobiowym i pieczarkami 300g 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Pomarańcza 1szt , Bułka grahamka 1szt (***GLU***), Kompot wieloowocowy R 200ml (***SEL***),	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***), brokuły gotowane z olejem 100g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 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]: 2340.68 kcal; Białko ogółem: 118.45 g; Tłuszcz: 72.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; Węglowodany ogółem: 313.41 g; suma cukrów prostych: 103.70 g; Błonnik pokarmowy: 43.08 g; Sód: 1962.51 mg;

sobota 2026-10-24 — 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 koperkowa z ziemniakami 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Pulpet drobiowo-warzywny 100g w sosie pomidorowym 100ml 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Ziemniaki gotowane 200g , Marchewka zagęszczana 150g (***GLU, SEL***), 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***), brokuły gotowane z olejem 100g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Melon 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]: 2321.12 kcal; Białko ogółem: 117.43 g; Tłuszcz: 83.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.43 g; Węglowodany ogółem: 283.12 g; suma cukrów prostych: 63.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; Sód: 1458.13 mg;

sobota 2026-10-24 — 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 koperkowa z ziemniakami 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Bigos z mięsem drobiowym i pieczarkami 300g 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Pomarańcza 1szt , Bułka grahamka 1szt (***GLU***), 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***), brokuły gotowane z olejem 100g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 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]: 2292.03 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 72.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 303.21 g; suma cukrów prostych: 98.24 g; Błonnik pokarmowy: 42.60 g; Sód: 2028.26 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

niedziela 2026-10-25 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 wiśniowa Bielesz 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 duszona w sosie 100ml 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Sałatka z fasolki szparagowej 150g (***GLU, SOJ, MLE, 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 słonecznikeim 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]: 2234.36 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 76.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 288.24 g; suma cukrów prostych: 50.78 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g; Sód: 1468.94 mg;

niedziela 2026-10-25 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Polędwica wiśniowa Bielesz 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 duszona 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***),	bułka 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 2026-10-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Polędwica wiśniowa Bielesz 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 duszona w sosie 100ml 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Sałatka z fasolki szparagowej 150g (***GLU, SOJ, 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***), Twaróg z chrzanem i słonecznikeim 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]: 2185.71 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 76.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 278.04 g; suma cukrów prostych: 45.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g; Sód: 1534.69 mg;

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