Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)**	
chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Serek wiejski OSM Radomsko 100g (***MLE***), szynka Jana 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Marchewka baby 100g , Szpinak liście 15g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Żurek na maślance 400ml na wywarze warzywnym zabielany 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Kotlet z fasoli pieczony 100g 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB***), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***SEL, GOR***), Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg z jogurtem naturalnym 50g (***MLE***), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , pomidor 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pomarańcza 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Galaretka z owocami 250g (***GLU, GOR***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.15 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 345.47 g; suma cukrów prostych: 79.20 g; Błonnik pokarmowy: 44.90 g; Sód: 2526.33 mg;

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)**	
bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Serek wiejski OSM Radomsko 100g (***MLE***), szynka Jana 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Szpinak liście 15g , Marchewka baby 100g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Żurek na maślance 400ml na wywarze warzywnym zabielany 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Pierogi leniwe z masłem 10 sztuk 300g 1Por (***JAJ, MLE***), Surówka z marchwi i jabłka 150g (***SEL, GOR***), Woda 250ml ,	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg z jogurtem naturalnym 50g (***MLE***), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , pomidor 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pomarańcza 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Galaretka z owocami 250g (***GLU, GOR***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2411.47 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 359.72 g; suma cukrów prostych: 80.41 g; Błonnik pokarmowy: 33.51 g; Sód: 2235.24 mg;

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)**	
chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Serek wiejski OSM Radomsko 100g (***MLE***), Marchewka baby 100g , szynka Jana 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Szpinak liście 15g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Żurek na maślance 400ml na wywarze warzywnym zabielany 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Kotlet z fasoli pieczony 100g 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB***), Surówka z marchwi i jabłka 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200g , Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg z jogurtem naturalnym 50g (***MLE***), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , pomidor 100g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
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]: 2345.40 kcal; Białko ogółem: 110.10 g; Tłuszcz: 66.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 338.66 g; suma cukrów prostych: 77.37 g; Błonnik pokarmowy: 44.17 g; Sód: 2591.98 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 2026-10-27 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Serek homogenizowany President(ser twarogowy mielony President) 50g (***MLE***), Szpinak liście 15g , Rzodkiew biała 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU,***	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 , Marchewka z groszkiem 150g (***GLU, SEL***), Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg półtłusty ze szczypiorkiem i słonecznikiem 50g (***OZI, MLE, ORZ, SEZ***), szynka Jana 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), ogórek kiszony 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por , 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]: 2059.87 kcal; Białko ogółem: 125.01 g; Tłuszcz: 62.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.32 g; Węglowodany ogółem: 257.56 g; suma cukrów prostych: 43.30 g; Błonnik pokarmowy: 34.29 g; Sód: 2519.14 mg;

wtorek 2026-10-27 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Serek homogenizowany President(ser twarogowy mielony President) 50g (***MLE***), 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 , Marchewka zagęszczana 150g (***GLU, SEL***), Woda 250ml ,	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (***MLE***), szynka Jana 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Brokuły gotowane 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Kisiel owocowy bez cukru 250g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2131.83 kcal; Białko ogółem: 112.98 g; Tłuszcz: 80.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 247.42 g; suma cukrów prostych: 57.07 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g; Sód: 1995.86 mg;

wtorek 2026-10-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Serek homogenizowany President(ser twarogowy mielony President) 50g (***MLE***), 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 , Marchewka z groszkiem 150g (***GLU, SEL***), Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg półtłusty ze szczypiorkiem i słonecznikiem 50g (***OZI, MLE, ORZ, SEZ***), szynka Jana 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), ogórek kiszony 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por , 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]: 2179.31 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 83.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.73 g; Węglowodany ogółem: 253.45 g; suma cukrów prostych: 43.50 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g; Sód: 2585.00 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 2026-10-28 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Pasztet z kurczaka pieczonego 40g (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Pasta twarogowa z koperkiem(ser twarogowy mielony President , maślanka, koperek świeży, sól biała) 50g (***MLE***), Rukola 15g , pomidor 100g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Zupa jarzynowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Kotlet mięsno-warzywny 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. 1Por (***MLE***), Twaróg półtłusty z rzodkiewką 50g (***MLE***), szynka Grzegorza 40g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02***), ogórek zielony 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2239.19 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; Tłuszcz: 74.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 300.74 g; suma cukrów prostych: 79.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.48 g; Sód: 1929.98 mg;

środa 2026-10-28 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Pasztet z kurczaka pieczonego 40g (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Pasta twarogowa z koperkiem(ser twarogowy mielony President , maślanka, koperek świeży, sól biała) 50g (***MLE***), Rukola 15g , Bukiet jarzyn z olejem 100g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Zupa jarzynowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Budyń półmięsny drobiowy gotowany 100g 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Ziemniaki gotowane 200g , buraczki na zimno 150g (***SEL, GOR***), Woda 250ml ,	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (***MLE***), szynka Grzegorza 40g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02***), pomidor 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2342.10 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 82.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 303.18 g; suma cukrów prostych: 86.49 g; Błonnik pokarmowy: 32.95 g; Sód: 1474.50 mg;

środa 2026-10-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Pasztet z kurczaka pieczonego 40g (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Pasta twarogowa z koperkiem(ser twarogowy mielony President , maślanka, koperek świeży, sól biała) 50g (***MLE***), Rukola 15g , pomidor 100g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Zupa jarzynowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Kotlet mięsno-warzywny 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 żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg półtłusty z rzodkiewką 50g (***MLE***), szynka Grzegorza 40g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02***), ogórek zielony 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2215.19 kcal; Białko ogółem: 95.46 g; Tłuszcz: 75.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 296.74 g; suma cukrów prostych: 79.44 g; Błonnik pokarmowy: 34.38 g; Sód: 1607.48 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 2026-10-29 — Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Plaster schabu z ziołami 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02***), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (***MLE***), Marchewka baby z olejem 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***), Woda 250ml , Surówka z cukini 150g (***SEL, GOR***),	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Kurczak gotowany Cedrob 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Jajko 1szt. 1Por (***JAJ***), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt. 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]: 2370.72 kcal; Białko ogółem: 106.34 g; Tłuszcz: 82.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 308.57 g; suma cukrów prostych: 71.56 g; Błonnik pokarmowy: 37.68 g; Sód: 2119.85 mg;

czwartek 2026-10-29 — Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Plaster schabu z ziołami 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02***), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (***MLE***), 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***), Grysik na mleku 300g 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Mus truskawkowy 100g , Woda 250ml ,	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), pieczeń z warzywami 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), Kurczak gotowany Cedrob 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt. 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]: 2107.91 kcal; Białko ogółem: 93.24 g; Tłuszcz: 68.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 285.63 g; suma cukrów prostych: 71.27 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g; Sód: 1333.53 mg;

czwartek 2026-10-29 — Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Plaster schabu z ziołami 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02***), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (***MLE***), Marchewka baby z olejem 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***), Surówka z cukini 150g (***SEL, GOR***), Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Jajko 1szt. 1Por (***JAJ***), Kurczak gotowany Cedrob 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), pomidor 80g , Herbata owocowa bez cukru 250ml , sałata zielona 20g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt. 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]: 2346.72 kcal; Białko ogółem: 103.64 g; Tłuszcz: 82.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 304.57 g; suma cukrów prostych: 71.76 g; Błonnik pokarmowy: 37.58 g; Sód: 2185.85 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 2026-10-30 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Bułka grahamka 1szt (***GLU***), Masło 1szt. 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 , Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), pieczeń z warzywami 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), Jajko 1szt. 1Por (***JAJ***), Papryka świeża 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 100g Mlekovita, otręby pszenne 10g 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2043.65 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 69.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 271.03 g; suma cukrów prostych: 60.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.05 g; Sód: 2087.81 mg;

piątek 2026-10-30 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Bułka kajzerka 1szt (***GLU***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), dżem 25g , Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (***MLE***), Brokuły gotowane 100g , Szpinak liście 15g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Rosół z ryżem 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Miruna duszona 100g (***GLU, SKR, RYB, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200g , Bukiet jarzyn z olejem 150g , Woda 250ml ,	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), pieczeń z warzywami 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), pomidor 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 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]: 2119.30 kcal; Białko ogółem: 98.58 g; Tłuszcz: 74.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 271.74 g; suma cukrów prostych: 48.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g; Sód: 2002.26 mg;

piątek 2026-10-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Bułka grahamka 1szt (***GLU***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg 60g(7) 1Por (***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 , Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Jajko 1szt. 1Por (***JAJ***), pieczeń z warzywami 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), Papryka świeża 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 100g, otręby pszenne 10g 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2002.75 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 70.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.90 g; Węglowodany ogółem: 258.89 g; suma cukrów prostych: 51.48 g; Błonnik pokarmowy: 28.80 g; Sód: 2124.66 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 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)**	
Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , Pasta twarogowa z pietruszką bez soli 50g (***MLE***), ogórek kiszony 100g , Szpinak liście 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***), Befsztyk drobiowy 110g duszony w sosie pomidorowym 100ml 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, 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. 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***), rzodkiewka 50g 1Por , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2061.87 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 68.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 268.97 g; suma cukrów prostych: 45.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.19 g; Sód: 2234.85 mg;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)**	
bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , Pasta twarogowa z pietruszką bez soli 50g (***MLE***), Szpinak liście 15g , pomidor 100g , 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***), 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. 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 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2002.60 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 59.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 276.73 g; suma cukrów prostych: 55.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; Sód: 1540.61 mg;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)**	
chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , Pasta twarogowa z pietruszką bez soli 50g (***MLE***), ogórek kiszony 100g , sałata zielona 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***), Befsztyk drobiowy 110g duszony w sosie pomidorowym 100ml 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, 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. 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 , rzodkiewka 50g 1Por , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2035.77 kcal; Białko ogółem: 92.13 g; Tłuszcz: 68.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 264.74 g; suma cukrów prostych: 46.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g; Sód: 2297.25 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 2026-11-01 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Pasta mięsna z kurczaka z pietruszką 40g , Serek homogenizowany President(ser twarogowy mielony President) 50g (***MLE***), 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***), Sałatka z kapusty czerwonej 150g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Ziemniaki gotowane 200g , Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Pasta z soczewicy 50g (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Twaróg z jogurtem i koperkiem(ser twarogowy półtłusty, Jogurt naturalny kg , koperek świeży, sól biała) 50g (***MLE***), ogórek zielony 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Winogrona 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 200ml Dolina Czerska 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2193.48 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 73.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 282.13 g; suma cukrów prostych: 57.31 g; Błonnik pokarmowy: 33.16 g; Sód: 2333.11 mg;

niedziela 2026-11-01 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Pasta mięsna z kurczaka z pietruszką 40g , Serek homogenizowany President(ser twarogowy mielony President) 50g (***MLE***), kalafior gotowany 100g , 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***), buraczki na zimno 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200g , Woda 250ml ,	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 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 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt. 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 200ml Dolina Czerska 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2171.20 kcal; Białko ogółem: 109.60 g; Tłuszcz: 70.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 281.80 g; suma cukrów prostych: 76.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.80 g; Sód: 2114.07 mg;

niedziela 2026-11-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Serek homogenizowany President(ser twarogowy mielony President) 50g (***MLE***), Pasta mięsna z kurczaka z pietruszką 40g , 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***), Sałatka z kapusty czerwonej 150g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Ziemniaki gotowane 200g , Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg z jogurtem i koperkiem(ser twarogowy półtłusty, Jogurt naturalny kg , koperek świeży, sól biała) 50g (***MLE***), Pasta z soczewicy 50g (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), ogórek zielony 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt. 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 200ml Dolina Czerska 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2198.48 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 74.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 284.73 g; suma cukrów prostych: 61.71 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g; Sód: 2401.11 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 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)**	
chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Jajko 1szt. 1Por (***JAJ***), Pasta twarogowa z brokułem(ser twarogowy mielony President , brokuły mrożone, pieprz czarny mielony, sól biała, czosnek suszony) 50g (***GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Roszponka 15g , pomidor 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa jarzynowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Spaghetti bolognese 350g 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Surówka z kap.pekińskiej 150g (***SEL, GOR***), Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg półtłusty ze słonecznikiem 50g (***OZI, MLE, ORZ, SEZ***), Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), pomidor 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Galaretka mleczna 250ml (***GLU, MLE, GOR***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2022.88 kcal; Białko ogółem: 91.73 g; Tłuszcz: 67.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 267.60 g; suma cukrów prostych: 46.26 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g; Sód: 2206.43 mg;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)**	
bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Jajko na miękko 1szt(3) 1Por (***JAJ***), Pasta twarogowa z brokułem(ser twarogowy mielony President , brokuły mrożone, pieprz czarny mielony, sól biała, czosnek suszony) 50g (***GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Roszponka 15g , pomidor 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa jarzynowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Spaghetti bolognese 350g 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Surówka z marchewki i pomarańczy 150g , Woda 250ml ,	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Twaróg półtłusty ze słonecznikiem 50g (***OZI, MLE, ORZ, SEZ***), bukiet jarzyn 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Galaretka mleczna 250ml (***GLU, MLE, GOR***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2084.24 kcal; Białko ogółem: 96.80 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 275.64 g; suma cukrów prostych: 52.80 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g; Sód: 2259.60 mg;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)**	
chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Jajko 1szt. 1Por (***JAJ***), Pasta twarogowa z brokułem(ser twarogowy mielony President , brokuły mrożone, pieprz czarny mielony, sól biała, czosnek suszony) 50g (***GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), pomidor 100g , Roszponka 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa jarzynowa 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Sos mięsno- pomidorowy 150ml (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200g 1Por (***GLU, JAJ***), Surówka z kap.pekińskiej 150g (***SEL, GOR***), Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg półtłusty ze słonecznikiem 50g (***OZI, MLE, ORZ, SEZ***), Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), pomidor 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2011.78 kcal; Białko ogółem: 85.13 g; Tłuszcz: 66.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 273.26 g; suma cukrów prostych: 49.70 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g; Sód: 2042.41 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 2026-11-03 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Kurczak gotowany Cedrob 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Twaróg z jogurtem naturalnym 50g (***MLE***), Rzodkiew biała 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***), Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), szynka Grzegorza 40g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pasta z zielonego groszku 50g (***SEL, GOR***), Papryka świeża 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]: 2393.87 kcal; Białko ogółem: 120.11 g; Tłuszcz: 69.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 331.18 g; suma cukrów prostych: 92.11 g; Błonnik pokarmowy: 42.75 g; Sód: 2571.74 mg;

wtorek 2026-11-03 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Kurczak gotowany Cedrob 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Twaróg z jogurtem naturalnym 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 ze schabu 100 duszona w sosie koperkowym 100ml 1Por (***GLU, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200g , buraczki na zimno 150g (***SEL, GOR***), Woda 250ml ,	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Pasta z zielonego groszku 50g (***SEL, GOR***), szynka Grzegorza 40g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02***), pomidor 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2260.71 kcal; Białko ogółem: 116.37 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 298.77 g; suma cukrów prostych: 74.97 g; Błonnik pokarmowy: 35.39 g; Sód: 2433.28 mg

wtorek 2026-11-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Kurczak gotowany Cedrob 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Twaróg z jogurtem naturalnym 50g (***MLE***), Szpinak liście 15g , Rzodkiew biała 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 pieczona ze schabu z pieczarkami 100g w sosie pieczeniowym 100ml 1Por (***GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), buraczki na zimno 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200g , Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), szynka Grzegorza 40g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pasta z zielonego groszku 50g (***SEL, GOR***), sałata zielona 20g , Papryka świeża 100g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2406.27 kcal; Białko ogółem: 118.52 g; Tłuszcz: 70.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 334.95 g; suma cukrów prostych: 92.38 g; Błonnik pokarmowy: 42.89 g; Sód: 2637.94 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 2026-11-04 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (***MLE***), ogórek kiszony 100g , Rukola 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa ziemniaczana 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Budyń mięsny drobiowy gotowany 100g 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Kasza jęczmienna 200g (***GLU, OZI, ORZ, SEL, S02, ŁUB***), Sałata zielona 70g z sosem winegret 20 ml 1Por , Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Pasta twarogowa z burakiem i pietruszką 50g (***MLE***), pieczeń z warzywami 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), sałata zielona 20g , pomidor 100g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pomarańcza 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 200ml Dolina Czerska 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2045.12 kcal; Białko ogółem: 88.25 g; Tłuszcz: 60.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 288.61 g; suma cukrów prostych: 53.44 g; Błonnik pokarmowy: 30.62 g; Sód: 2651.94 mg;

środa 2026-11-04 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (***MLE***), kalafior gotowany 100g , Rukola 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa ziemniaczana 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Budyń mięsny drobiowy gotowany 100g 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Kasza jęczmienna 200g (***GLU, OZI, ORZ, SEL, S02, ŁUB***), Sałata zielona 70g z sosem winegret 20 ml 1Por , Woda 250ml ,	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Pasta twarogowa z burakiem i pietruszką 50g (***MLE***), pieczeń z warzywami 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), sałata zielona 20g , pomidor 100g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pomarańcza 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 200ml Dolina Czerska 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2072.92 kcal; Białko ogółem: 92.12 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 287.56 g; suma cukrów prostych: 56.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.42 g; Sód: 2892.89 mg;

środa 2026-11-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Polędwica sopocka Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (***MLE***), ogórek kiszony 100g , Rukola 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa ziemniaczana 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Budyń mięsny drobiowy gotowany 100g 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Kasza jęczmienna 200g (***GLU, OZI, ORZ, SEL, S02, ŁUB***), Sałata zielona 70g z sosem winegret 20 ml 1Por , Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), pieczeń z warzywami 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), Pasta twarogowa z burakiem i pietruszką 50g (***MLE***), pomidor 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pomarańcza 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 200ml Dolina Czerska 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2021.12 kcal; Białko ogółem: 85.55 g; Tłuszcz: 61.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 284.61 g; suma cukrów prostych: 53.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.52 g; Sód: 2717.94 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 2026-11-05 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 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 , Roszponka 15g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Barszcz z fasolką na wywarze drobiowo-warzywnym zabielany 400ml (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB***), Kotlet z jaj pieczony 100g 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka z fasolki szparagowej 150g (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 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 100g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Banan 1 szt. 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]: 2526.65 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 86.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.93 g; Węglowodany ogółem: 337.25 g; suma cukrów prostych: 80.69 g; Błonnik pokarmowy: 37.27 g; Sód: 2312.74 mg;

czwartek 2026-11-05 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 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***), Roszponka 15g , brokuły gotowane 100g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Pierogi leniwe gotowane 300g 10 sztuk 1Por (***JAJ, MLE***), Barszcz z ziemniakami 400 ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielany 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Mus truskawkowy 100g , Woda 250ml ,	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Kurczak gotowany Cedrob 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Serek homogenizowany President(ser twarogowy mielony President) 50g (***MLE***), sałata zielona 20g , Marchewka baby z olejem 100g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Banan 1 szt. 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]: 2252.69 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 57.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.02 g; Węglowodany ogółem: 346.29 g; suma cukrów prostych: 89.50 g; Błonnik pokarmowy: 29.21 g; Sód: 2309.33 mg;

czwartek 2026-11-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 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***), Roszponka 15g , Papryka świeża 100g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Barszcz z fasolką na wywarze drobiowo-warzywnym zabielany 400ml (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB***), Kotlet z jaj pieczony 100g 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Sałatka z fasolki szparagowej 150g (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Ziemniaki gotowane 200g , Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 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 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Nektaryna 1 szt. 1szt , 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]: 2438.05 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 86.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 316.91 g; suma cukrów prostych: 66.13 g; Błonnik pokarmowy: 36.75 g; Sód: 2379.14 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 2026-11-06 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Bułka kajzerka 1szt (***GLU***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), dżem 25g , 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, GOR, SEZ***), Miruna duszona 100g (***GLU, SKR, RYB, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200g , Jarzyny po grecku 150g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg półtłusty ze szczypiorkiem i słonecznikiem 50g (***OZI, MLE, ORZ, SEZ***), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , rzodkiewka 100g 1Por , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2167.42 kcal; Białko ogółem: 100.31 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 271.72 g; suma cukrów prostych: 45.21 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g; Sód: 2262.95 mg;

piątek 2026-11-06 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

Bułka kajzerka 1szt (***GLU***), bułka kanapkowa 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), dżem 25g , 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, GOR, SEZ***), Miruna duszona 100g (***GLU, SKR, RYB, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200g , jarzyny po grecku dieta 150g (***GLU, SEL, GOR***), Woda 250ml ,	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , Twaróg półtłusty z pietruszką 50g (***MLE***), sałata zielona 20g , bukiet jarzyn 100g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Melon 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Kefir 150 ml 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.86 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 72.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.19 g; Węglowodany ogółem: 283.64 g; suma cukrów prostych: 49.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.33 g; Sód: 2610.34 mg;

piątek 2026-11-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

Bułka grahamka 1szt (***GLU***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (***MLE***), Pasta mięsna 40g , 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, GOR, SEZ***), Miruna duszona 100g (***GLU, SKR, RYB, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200g , Jarzyny po grecku 150g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Twaróg półtłusty ze szczypiorkiem i słonecznikiem 50g (***OZI, MLE, ORZ, SEZ***), Szynka dębowa drobiowa NikPol 40g , rzodkiewka 100g 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]: 2157.95 kcal; Białko ogółem: 107.79 g; Tłuszcz: 79.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 259.29 g; suma cukrów prostych: 46.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g; Sód: 2351.85 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

sobota 2026-11-07 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), szynka Grzegorza 40g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Jajko 1szt. 1Por (***JAJ***), kalafior gotowany z olejem 100g , Rukola 15g , 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 , Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Pasta twarogowa z rybą gotowaną 50g (***SKR, RYB, MLE***), Plaster schabu 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02***), Marchewka baby z olejem 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2527.25 kcal; Białko ogółem: 117.81 g; Tłuszcz: 84.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 332.78 g; suma cukrów prostych: 85.73 g; Błonnik pokarmowy: 43.16 g; Sód: 1613.78 mg;

sobota 2026-11-07 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), szynka Grzegorza 40g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Jajko 1szt. 1Por (***JAJ***), kalafior gotowany z olejem 100g , Rukola 15g , 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 , Woda 250ml ,	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Pasta twarogowa z rybą gotowaną 50g (***SKR, RYB, MLE***), Plaster schabu 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02***), Marchewka baby z olejem 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kiwi 100g 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]: 2306.23 kcal; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 84.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 282.51 g; suma cukrów prostych: 63.60 g; Błonnik pokarmowy: 33.22 g; Sód: 2533.70 mg;

sobota 2026-11-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), szynka Grzegorza 40g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Jajko 1szt. 1Por (***JAJ***), Rukola 15g , kalafior gotowany 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 , Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Pasta twarogowa z rybą gotowaną 50g (***SKR, RYB, MLE***), Plaster schabu 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02***), sałata zielona 100g , Marchewka baby z olejem 100g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2510.61 kcal; Białko ogółem: 115.69 g; Tłuszcz: 84.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.88 g; Węglowodany ogółem: 330.17 g; suma cukrów prostych: 86.37 g; Błonnik pokarmowy: 43.66 g; Sód: 2333.01 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 2026-11-08 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)

chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Polędwica wiśniowa Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pasta twarogowa z warzywami gotowanymi(ser twarogowy mielony President , włoszczyzna mrożona, pieprz czarny mielony, sól biała, czosnek suszony) 50g (***GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), 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 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. 1Por (***MLE***), Pasztet z kurczaka pieczonego 40g (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Twaróg z chrzanem i słonecznikeim 50g (***OZI, MLE, ORZ, SEZ, S02***), Papryka świeża 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt. 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 100g Mlekovita, otręby pszenne 10g 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.55 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz: 79.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 292.06 g; suma cukrów prostych: 63.60 g; Błonnik pokarmowy: 30.58 g; Sód: 2391.71 mg;

niedziela 2026-11-08 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)

bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Pasta twarogowa z warzywami gotowanymi(ser twarogowy mielony President , włoszczyzna mrożona, pieprz czarny mielony, sól biała, czosnek suszony) 50g (***GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Polędwica wiśniowa Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), 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 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. 1Por (***MLE***), Pasztet z kurczaka pieczonego 40g (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (***MLE***), pomidor 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt. 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.44 kcal; Białko ogółem: 103.13 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 278.39 g; suma cukrów prostych: 53.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.36 g; Sód: 1673.79 mg;

niedziela 2026-11-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Polędwica wiśniowa Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pasta twarogowa z warzywami gotowanymi(ser twarogowy mielony President , włoszczyzna mrożona, pieprz czarny mielony, sól biała, czosnek suszony) 50g (***GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), ogórek zielony 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 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. 1Por (***MLE***), Twaróg z chrzanem i słonecznikeim 50g (***OZI, MLE, ORZ, SEZ, S02***), Pasztet z kurczaka pieczonego 40g (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Papryka świeża 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt. 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 100g Mlekovita, otręby pszenne 10g 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2232.55 kcal; Białko ogółem: 93.40 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.96 g; Węglowodany ogółem: 288.06 g; suma cukrów prostych: 63.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; Sód: 2357.71 mg;

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