Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia Racibórz		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
poniedziałek 2026-11-23	**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 Jana 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Marchewka baby 100g , Rukola 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***), Makaron pełnoziarnisty gotowany z fasolą i warzywami 300g 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB***), sos pieczarkowy 120g (***GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Surówka z kapusty białej i rzodkiewki R 150g , Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 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]: 2425.30 kcal; Białko ogółem: 100.10 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 347.46 g; suma cukrów prostych: 72.97 g; Błonnik pokarmowy: 40.19 g; Sód: 2254.43 mg;

poniedziałek 2026-11-23	**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***), Rukola 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***), Makaron z warzywami D 300g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Sałata zielona 70g z sosem winegret 20 ml 1Por , 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]: 2262.31 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 69.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 313.74 g; suma cukrów prostych: 68.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g; Sód: 2176.43 mg;

poniedziałek 2026-11-23	**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***), Rukola 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***), Makaron pełnoziarnisty gotowany z fasolą i warzywami 300g 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB***), Surówka z kapusty białej i rzodkiewki R 150g , sos pieczarkowy 120g (***GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), 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]: 2454.55 kcal; Białko ogółem: 113.89 g; Tłuszcz: 74.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 340.65 g; suma cukrów prostych: 71.14 g; Błonnik pokarmowy: 39.46 g; Sód: 2320.08 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 2026-11-24	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)**	
chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), 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 pieczony 180g 1Por (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka z kapusty czerwonej 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. Mlekovita 10g 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: Kiwi 100g 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]: 2196.28 kcal; Białko ogółem: 126.66 g; Tłuszcz: 78.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 252.16 g; suma cukrów prostych: 43.35 g; Błonnik pokarmowy: 31.58 g; Sód: 2687.69 mg;

wtorek 2026-11-24	**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 , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***SEL, GOR***), 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: Kiwi 100g 1szt , 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]: 2145.92 kcal; Białko ogółem: 112.74 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.79 g; Węglowodany ogółem: 250.97 g; suma cukrów prostych: 61.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.49 g; Sód: 1969.95 mg;

wtorek 2026-11-24	**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 , Sałatka z kapusty czerwonej 100g (***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 Jana 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), ogórek kiszony 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kiwi 100g 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]: 2241.93 kcal; Białko ogółem: 110.93 g; Tłuszcz: 94.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 242.51 g; suma cukrów prostych: 40.15 g; Błonnik pokarmowy: 30.02 g; Sód: 2923.97 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 2026-11-25	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)**	
chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), 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 , Papryka świeża 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 , buraczki na zimno 150g (***SEL, GOR***), Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Twaróg półtłusty z rzodkiewką 50g (***MLE***), szynka Grzegorza 40g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02***), ogórek zielony 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Mandarynka 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]: 2288.15 kcal; Białko ogółem: 100.48 g; Tłuszcz: 74.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 312.08 g; suma cukrów prostych: 91.75 g; Błonnik pokarmowy: 36.27 g; Sód: 2035.67 mg;

środa 2026-11-25	**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: Mandarynka 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]: 2350.10 kcal; Białko ogółem: 107.93 g; Tłuszcz: 82.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 302.78 g; suma cukrów prostych: 88.43 g; Błonnik pokarmowy: 33.13 g; Sód: 1485.80 mg

środa 2026-11-25	**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 , Papryka świeża 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 , buraczki na zimno 150g (***SEL, GOR***), 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: Mandarynka 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]: 2266.15 kcal; Białko ogółem: 97.78 g; Tłuszcz: 74.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 308.08 g; suma cukrów prostych: 91.95 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g; Sód: 1713.17 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 2026-11-26	**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***), Jajko 1szt. 1Por (***JAJ***), 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. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Twaróg półtłusty ze szczypiorkiem i słonecznikiem 50g (***OZI, MLE, ORZ, SEZ***), Kurczak gotowany Korona 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), pomidor 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2372.44 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 84.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 310.78 g; suma cukrów prostych: 72.05 g; Błonnik pokarmowy: 38.23 g; Sód: 2089.50 mg;

czwartek 2026-11-26	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)**	
bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Polędwica wiśniowa Bielesz 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Jajko na miękko 1szt(3) 1Por (***JAJ***), 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***), Serek homogenizowany President(ser twarogowy mielony President) 50g (***MLE***), Kurczak gotowany Korona 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), pomidor 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2098.72 kcal; Białko ogółem: 85.20 g; Tłuszcz: 71.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 284.36 g; suma cukrów prostych: 69.78 g; Błonnik pokarmowy: 23.33 g; Sód: 1222.21 mg;

czwartek 2026-11-26	**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***), Jajko 1szt. 1Por (***JAJ***), 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***), Twaróg półtłusty ze szczypiorkiem i słonecznikiem 50g (***OZI, MLE, ORZ, SEZ***), Kurczak gotowany Korona 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), pomidor 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
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]: 2350.44 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 84.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.56 g; Węglowodany ogółem: 306.78 g; suma cukrów prostych: 72.25 g; Błonnik pokarmowy: 38.13 g; Sód: 2155.50 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 2026-11-27	**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 , Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 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: Banan 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]: 2095.35 kcal; Białko ogółem: 90.08 g; Tłuszcz: 69.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.67 g; Węglowodany ogółem: 283.44 g; suma cukrów prostych: 70.40 g; Błonnik pokarmowy: 28.64 g; Sód: 2087.71 mg;

piątek 2026-11-27	**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: 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]: 2172.00 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.67 g; Węglowodany ogółem: 284.15 g; suma cukrów prostych: 58.20 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; Sód: 2002.16 mg;

piątek 2026-11-27	**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: Nektaryna 1 szt. 1szt , 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]: 2058.75 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 70.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 271.41 g; suma cukrów prostych: 60.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g; Sód: 2125.66 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 2026-11-28	**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 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. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Twaróg półtłusty z makrelą wędzoną 50g (***GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Polędwica wiśniowa 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), rzodkiewka 50g 1Por , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt. 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Kefir 150 ml 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.27 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 297.59 g; suma cukrów prostych: 64.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.47 g; Sód: 2238.45 mg;

sobota 2026-11-28	**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: Melon 100g , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Kefir 150 ml 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1988.20 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 59.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 272.91 g; suma cukrów prostych: 53.64 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g; Sód: 1563.01 mg;

sobota 2026-11-28	**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: Gruszka 1szt. 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Kefir 150 ml 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2149.17 kcal; Białko ogółem: 93.21 g; Tłuszcz: 68.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 293.36 g; suma cukrów prostych: 65.02 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g; Sód: 2300.85 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**
niedziela 2026-11-29	**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 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***), surówka z kapusty czerwonej 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200g , Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), 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]: 2145.29 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 282.76 g; suma cukrów prostych: 58.89 g; Błonnik pokarmowy: 33.64 g; Sód: 2650.51 mg;

niedziela 2026-11-29	**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: Kiwi 100g 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 200ml Dolina Czerska 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2131.20 kcal; Białko ogółem: 109.70 g; Tłuszcz: 69.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 271.50 g; suma cukrów prostych: 66.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.90 g; Sód: 2114.07 mg;

niedziela 2026-11-29	**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***), surówka z kapusty czerwonej 150g (***SEL, GOR***), 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: Kiwi 100g 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 200ml Dolina Czerska 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2112.29 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 69.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 275.06 g; suma cukrów prostych: 52.99 g; Błonnik pokarmowy: 34.14 g; Sód: 2718.51 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 2026-11-30	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)**	
chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 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***), Rukola 15g , pomidor 100g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 400g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), 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. Mlekovita 10g 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]: 1988.24 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 67.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 260.27 g; suma cukrów prostych: 44.62 g; Błonnik pokarmowy: 27.84 g; Sód: 2332.69 mg;

poniedziałek 2026-11-30	**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***), Rukola 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 2026-11-30	**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 , Rukola 15g , Kawa Inka z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 400g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), 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]: 1978.92 kcal; Białko ogółem: 83.63 g; Tłuszcz: 66.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 265.89 g; suma cukrów prostych: 48.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.22 g; Sód: 2445.66 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**
wtorek 2026-12-01	**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***), 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***), Bitka 100g ze schabu duszona w sosie 100ml 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Ziemniaki gotowane 200g , sałatka z kapusty kiszonej 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. Mlekovita 10g 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]: 2404.19 kcal; Białko ogółem: 116.89 g; Tłuszcz: 81.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.28 g; Węglowodany ogółem: 307.96 g; suma cukrów prostych: 70.01 g; Błonnik pokarmowy: 37.74 g; Sód: 2094.42 mg;

wtorek 2026-12-01	**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***), Bitka 100g ze schabu duszona w sosie 100ml 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Ziemniaki gotowane 200g , brokuły gotowane z olejem 150g , 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]: 2313.01 kcal; Białko ogółem: 121.02 g; Tłuszcz: 83.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 274.37 g; suma cukrów prostych: 53.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g; Sód: 2329.72 mg;

wtorek 2026-12-01	**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***), sałatka z kapusty kiszonej 150g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Bitka 100g ze schabu duszona w sosie 100ml 1Por (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), 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]: 2418.59 kcal; Białko ogółem: 115.30 g; Tłuszcz: 81.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 311.73 g; suma cukrów prostych: 70.28 g; Błonnik pokarmowy: 37.88 g; Sód: 2160.62 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 2026-12-02	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)**	
Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 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 brokułowa R z ziemniakami na wywarze drobiowo-warzywnym 400ml (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Gulasz drobiowy 200g 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), 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. Mlekovita 10g 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: Mandarynka 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 200ml Dolina Czerska 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1981.22 kcal; Białko ogółem: 94.48 g; Tłuszcz: 63.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 263.34 g; suma cukrów prostych: 40.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; Sód: 2442.96 mg;

środa 2026-12-02	**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 brokułowa R z ziemniakami na wywarze drobiowo-warzywnym 400ml (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Gulasz drobiowy 200g 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), 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: Mandarynka 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 200ml Dolina Czerska 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2011.02 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 262.30 g; suma cukrów prostych: 43.88 g; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; Sód: 2183.91 mg;

środa 2026-12-02	**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 brokułowa R z ziemniakami na wywarze drobiowo-warzywnym 400ml (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Gulasz drobiowy 200g 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), 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: Mandarynka 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 200ml Dolina Czerska 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1959.22 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 63.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 259.34 g; suma cukrów prostych: 40.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.68 g; Sód: 2008.96 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 2026-12-03	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)**	
chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Pasta twarogowa z pietruszką bez soli 50g (***MLE***), Plaster schabu z ziołami 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02***), Papryka świeża 100g , Rukola 15g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Barszcz z fasolką na wywarze drobio-wo-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 , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***SEL, GOR***), Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Serek homogenizo-wany President(ser twarogowy mielony President) 50g (***MLE***), 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]: 2500.76 kcal; Białko ogółem: 99.93 g; Tłuszcz: 83.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 346.03 g; suma cukrów prostych: 88.51 g; Błonnik pokarmowy: 39.57 g; Sód: 2150.27 mg;

czwartek 2026-12-03	**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***), Pasta twarogowa z pietruszką bez soli 50g (***MLE***), Rukola 15g , brokuły gotowane z olejem 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]: 2322.26 kcal; Białko ogółem: 92.23 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 345.45 g; suma cukrów prostych: 89.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.07 g; Sód: 2685.74 mg;

czwartek 2026-12-03	**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***), Pasta twarogowa z pietruszką bez soli 50g (***MLE***), Rukola 15g , Papryka świeża 100g , Kakao bez cukru 250ml (***MLE***),	Barszcz z fasolką na wywarze drobio-wo-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***), Surówka z marchwi i jabłka 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200g , Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 1Por (***MLE***), Serek homogenizowany President(ser twarogowy mielony President) 50g (***MLE***), Kurczak gotowany Cedrob 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), ogórek kiszony 100g , sałata zielona 20g , Herbata owocowa bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pomarańcza 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]: 2414.16 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 83.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 325.69 g; suma cukrów prostych: 73.95 g; Błonnik pokarmowy: 39.05 g; Sód: 2216.67 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 2026-12-04	**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, GOR, SEZ***), Miruna duszona 100g (***GLU, SKR, RYB, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200g , Buraczki z jabłkiem 150g (***SEL, GOR***), Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), 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: Jabłko 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Kefir 150 ml 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2131.75 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 66.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 288.45 g; suma cukrów prostych: 72.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.53 g; Sód: 2439.91 mg;

piątek 2026-12-04	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna (D02)**	
Bułka kajzerka 1szt (***GLU***), bułka kanapkowa 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 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, GOR, SEZ***), Miruna duszona 100g (***GLU, SKR, RYB, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200g , Buraczki z jabłkiem 150g (***SEL, GOR***), Woda 250ml ,	bułka kanapkowa 100g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. 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: Jabłko 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Kefir 150 ml 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2175.45 kcal; Białko ogółem: 107.01 g; Tłuszcz: 67.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 295.16 g; suma cukrów prostych: 77.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g; Sód: 2513.12 mg;

piątek 2026-12-04	**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 , Buraczki z jabłkiem 150g (***SEL, GOR***), 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: Jabłko 100g 1Por , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Kefir 150 ml 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2117.75 kcal; Białko ogółem: 109.15 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 274.45 g; suma cukrów prostych: 64.55 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Sód: 2328.56 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 2026-12-05	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)**	
Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), 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 ziemniaczana 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Leczo gotowane z cukini z kiełbasą i mięsem drobiowym 300g 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Bułka grahamka 1szt (***GLU***), Banan 1 szt. 1Por , Woda 250ml ,	Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), Pasta twarogowa z rybą gotowaną 50g (***SKR, RYB, MLE***), Plaster schabu 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02***), 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]: 2298.53 kcal; Białko ogółem: 112.43 g; Tłuszcz: 78.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 292.69 g; suma cukrów prostych: 83.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.41 g; Sód: 2058.62 mg;

sobota 2026-12-05	**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 ziemniaczana 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Leczo gotowane z cukini z mięsem drobiowym 300g 300g (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Bułka kajzerka 1szt (***GLU***), Banan 1 szt. 1Por , 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]: 2310.60 kcal; Białko ogółem: 117.44 g; Tłuszcz: 76.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 295.75 g; suma cukrów prostych: 86.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g; Sód: 2333.58 mg;

sobota 2026-12-05	**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 ziemniaczana 400ml na wywarze drobiowo-warzywnym zabielana 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02***), Leczo gotowane z cukini z kiełbasą i mięsem drobiowym 300g 1Por (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Bułka grahamka 1szt (***GLU***), Pomarańcza 1szt , Woda 250ml ,	chleb żytni 100g (***GLU, SOJ, SEZ***), Masło 1szt. 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: 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]: 2239.93 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz: 78.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 279.19 g; suma cukrów prostych: 74.22 g; Błonnik pokarmowy: 35.13 g; Sód: 2132.82 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 2026-12-06	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa (D01)**	
chleb żytni 50g (***GLU, SOJ, SEZ***), Chleb 50g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (***MLE***), 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. Mlekovita 10g 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: Pomarańcza 1szt , 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]: 2286.15 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 79.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 299.50 g; suma cukrów prostych: 68.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.90 g; Sód: 2696.11 mg;

niedziela 2026-12-06	**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: Pomarańcza 1szt , Herbata bez cukru 250g 1Por ,		**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250g 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.04 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 81.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 285.83 g; suma cukrów prostych: 58.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; Sód: 1678.19 mg;

niedziela 2026-12-06	**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: Pomarańcza 1szt , 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]: 2264.15 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; suma cukrów prostych: 68.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.80 g; Sód: 2462.11 mg;

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