

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardio		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-07 Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Kielbasa Drobiowa 53g, Ser topiony szt. 25 1szt, Salata zielona 8g, Dżem 20g, Masło kg 20g, Bułki sztuki 50 1szt, Chleb razowy 500 90g, Herbata 250Por, Pomidory 53g, Papryka świeża 53g, Zupa płatki owsiane na mleku 300Por,	Zupa solferino 300Por, Szynka gotowana w jarzynach 120Por, Ziemniaki młode 250g, Koper 3g, Kompot porzeczkowy 200Por, j. buraki zasmażane 150Por, sałatka z ogórka, pomidora i papryki 150Por,	Salata zielona 8g, Chleb oliwski 500 110g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 20g, Schab pieczony 53g, Pomidory 53g, Kopytka z miasłem 350Por, Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3167.12 kcal; Białko ogółem: 135.87 g; Tłuszcz: 90.93 g; Węglowodany ogółem: 460.85 g; Węglowodany przyswajalne: 383.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.63 g; Błonnik pokarmowy: 33.48 g; Sód: 2405.31 mg;		
poniedziałek 2026-09-07 Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Ser topiony szt. 25 1szt, Salata zielona 8g, Masło kg 10g, Bułki grahamki. 1szt, Chleb razowy 500 90g, Herbata ekspresowa - cuk 60g, Papryka świeża 53g, Zupa płatki owsiane na mleku 300Por, II Śniadanie: Polędwica z drobiu 58g, Pomidory 0g, Masło kg 10g,	Zupa solferino 300Por, Szynka gotowana w jarzynach 120Por, Ziemniaki młode 220g, Koper 3g, Kompot śliwkowy 200Por, j. buraki zasmażane 150Por, sałatka z ogórka, pomidora i papryki 150Por, Podwieczorek: Brzoskwinie 180g,	Kopytka z miasłem 350Por, Salata zielona 8g, Chleb oliwski 500 110g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 20g, Schab pieczony 53g, Pomidory 53g, Papryka świeża 35g, Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3147.11 kcal; Białko ogółem: 138.08 g; Tłuszcz: 97.64 g; Węglowodany ogółem: 454.08 g; Węglowodany przyswajalne: 362.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.33 g; Błonnik pokarmowy: 39.50 g; Sód: 2516.70 mg;		
wtorek 2026-09-08 Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Polędwica z drobiu 53g, Salata zielona 10g, Dżem 20g, Masło kg 20g, Chleb razowy 500 95g, Pomidory 53g, Ser biały 76g, Kawa mleczna 250Por, Bułki grahamki. 1szt, Ogórki świeże 53g,	Zupa brokułowa 300Por, Kurczak pieczony 250Por, Ziemniaki 250g, Salata ze śmietaną 60Por, Kompot śliwkowy 200Por, Koper 3g, Marchew junior/cała/mrożona 120g,	Salata zielona 8g, Chleb oliwski 500 110g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 20g, Kielbasa szynkowa wieprzowa 53g, Pomidory 55g, Serdelki wiedeńskie 130g, Papryka świeża 48g, Ser plastry 35g, Posiłek nocny: sałatka mix 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3211.58 kcal; Białko ogółem: 135.30 g; Tłuszcz: 161.38 g; Węglowodany ogółem: 322.82 g; Węglowodany przyswajalne: 264.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.34 g; Błonnik pokarmowy: 35.00 g; Sód: 3612.43 mg;		
wtorek 2026-09-08 Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Salata zielona 10g, Masło kg 10g, Chleb oliwski 500 50g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Pomidory 53g, Ser biały 76g, II Śniadanie: Szynka z kurcząt 53g, Bułki grahamki. 1szt, Masło kg 10g, Ogórki świeże 53g,	Zupa brokułowa 300Por, Kurczak pieczony 250Por, Ziemniaki 220g, Mieszanka kompotowa 25g, Salata ze śmietaną 60Por, Koper 3g, Marchew junior/cała/mrożona 130g, Podwieczorek: Jabłka 180g,	Kielbasa szynkowa wieprzowa 53g, Salata zielona 8g, Chleb oliwski 500 50g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 15g, Pomidory 52g, Chleb razowy 500 50g, Serdelki wiedeńskie 130g, Papryka świeża 48g, Ser plastry 35g, Musztarda 20g, Posiłek nocny: sałatka mix 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2825.94 kcal; Białko ogółem: 129.91 g; Tłuszcz: 150.61 g; Węglowodany ogółem: 255.78 g; Węglowodany przyswajalne: 219.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.24 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g; Sód: 3556.49 mg;		
środa 2026-09-09 Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Jajecznica na parze 100Por, Szynka konserwowa 53g, Salata zielona 8g, Dżem 25g, Masło kg 20g, Bułki sztuki 50 1szt, Chleb razowy 500 100g, Herbata 250Por, Pomidory 53g, Ogórki świeże 48g,	Zupa ziemniaczana z zacierką 350Por, Filet z indyka gotowany w jarzynach 120g, Ziemniaki młode 250g, Kompot porzeczkowy 200Por, Koper 2g, Mizzeria 100Por, Jabłka 130g, Surówka z selera i marchwi 180Por,	Polędwica sopocka 53g, Salata zielona 8g, Chleb oliwski 500 120g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 20g, Pomidory 53g, Serek wiejski 105g, Papryka świeża 53g, Posiłek nocny: Sałatka grecka z fetą 120Por,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2942.10 kcal; Białko ogółem: 126.94 g; Tłuszcz: 106.85 g; Węglowodany ogółem: 353.59 g; Węglowodany przyswajalne: 264.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.78 g; Błonnik pokarmowy: 34.97 g; Sód: 4325.32 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardio		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-09 Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Jajecznica na parze 100Por, Sałata zielona 8g, Masło kg 10g, Herbata - cuk 200Por, Pomidory 53g, Chleb oliwski 500 60g, Jogurt naturalny 1szt, II Śniadanie: Szynka konserwowa 58g, Masło kg 10g, Bułki grahamki. 1szt, Ogórki świeże 53g,	Zupa ziemniaczana z zacierką 350Por, Filet z indyka gotowany w jarzynach 120g, Ziemniaki młode 220g, Koper 3g, Mizeria 100Por, Mieszanka kompotowa 25g, Surówka z seleria i marchwi 180Por, Podwieczorek: Grapefruit 200g,	Serek wiejski 105g, Polędwica sopocka 53g, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 100g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 20g, Pomidory 48g, Papryka świeża 53g, Posiłek nocny: Sałatka grecka z fetą 120Por,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2679.83 kcal; Białko ogółem: 131.85 g; Tłuszcz: 108.88 g; Węglowodany ogółem: 288.98 g; Węglowodany przyswajalne: 212.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.54 g; Błonnik pokarmowy: 31.98 g; Sód: 4227.24 mg;		
czwartek 2026-09-10 Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Polędwica sopocka 53g, Sałata zielona 8g, Dżem 25g, Masło porcyjne 10 2szt, Bułki sztuki 50 1szt, Chleb razowy 500 100g, Pomidory 53g, Herbata 250Por, Papryka świeża 53g, Kakao 200Por, Ser kiri 1szt,	Zupa manna na rosole 300Por, Schab gotowany w jarzynach 180Por, Ziemniaki 250g, j. brokuły gotowane (mr) 100Por, Kompot śliwkowy 200Por, Surówka z kapusty pekińskiej 130Por,	Makaron z cukinią 250g, Szynka tostowa 53g, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 120g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 20g, Pomidory 53g, Ogórki świeże 53g, Posiłek nocny: sałatka mix 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2973.33 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 102.70 g; Węglowodany ogółem: 423.34 g; Węglowodany przyswajalne: 383.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.86 g; Błonnik pokarmowy: 39.91 g; Sód: 2759.26 mg;		
czwartek 2026-09-10 Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Sałata zielona 8g, Masło kg 10g, Chleb razowy 500 40g, Herbata - cuk 200Por, Pomidory 53g, Papryka świeża 53g, Ser topiony szt. 25 1szt, II Śniadanie: Szynka gotowana wieprzowa 58g, Bułki grahamki. 1szt, Masło kg 20g,	Zupa manna na rosole 300Por, Ziemniaki 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 130Por, Mieszanka kompotowa 25g, Schab duszony 180Por, j. brokuły gotowane (mr) 100Por, Podwieczorek: Pomarańcze 220g,	Makaron z cukinią 250g, Szynka tostowa 53g, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 80g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 20g, Pomidory 53g, Ogórki świeże 53g, Posiłek nocny: sałatka mix 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2611.97 kcal; Białko ogółem: 96.32 g; Tłuszcz: 116.68 g; Węglowodany ogółem: 313.75 g; Węglowodany przyswajalne: 274.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.41 g; Błonnik pokarmowy: 38.80 g; Sód: 2410.38 mg;		
piątek 2026-09-11 Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Ser biały 85g, Szynka gotowana wieprzowa 53g, Sałata zielona 8g, Dżem 25g, Masło kg 20g, Bułki sztuki 50 1szt, Chleb razowy ze słonecznikiem 90g, Kawa inka 250Por, Pomidory 48g, Ogórki świeże 43g,	Ziemniaki młode 250g, Koper 3g, Surówka z kiszanej kapusty 150Por, Kompot śliwkowy 200Por, Zupa ziemniaczana 300Por, Ryba w sosie cytrynowym 150Por, Bukiet warzyw mr. 120g,	Galaretką mięsna 100Por, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 105g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 20g, Kielbasa Drobiowa 53g, Serek TARTARE 1szt, Cytryny 20g, Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2525.14 kcal; Białko ogółem: 128.60 g; Tłuszcz: 83.26 g; Węglowodany ogółem: 332.25 g; Węglowodany przyswajalne: 272.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.33 g; Błonnik pokarmowy: 28.68 g; Sód: 2604.05 mg;		
piątek 2026-09-11 Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Ser biały 85g, Sałata zielona 8g, Masło kg 10g, Chleb oliwski 500 50g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Ogórki świeże 43g, II Śniadanie: Szynka gotowana wieprzowa 58g, Masło kg 10g, Bułki grahamki. 1szt, Pomidory 50g,	Ziemniaki młode 220g, Koper 3g, Surówka z kiszanej kapusty 150Por, Mieszanka kompotowa 30g, Bukiet warzyw mr. 120g, Zupa ziemniaczana 300Por, Ryba w sosie cytrynowym 150Por, Podwieczorek: Kiwi 120g,	Kielbasa Drobiowa 53g, Sałata zielona 8g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 20g, Chleb razowy ze słonecznikiem 80g, Galaretką mięsna 100Por, Serek TARTARE 1szt, Cytryny 20g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2104.09 kcal; Białko ogółem: 121.77 g; Tłuszcz: 80.68 g; Węglowodany ogółem: 240.43 g; Węglowodany przyswajalne: 178.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.05 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g; Sód: 2367.20 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardio		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-12		
Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Herbata 250Por, Jaja 1szt, Schab pieczony 53g, Sałata zielona 8g, Dżem 15g, Masło kg 20g, Bułki maślane 1szt, Chleb razowy ze słonecznikiem 105g, Pomidory 33g, Ogórki świeże 53g,	Ziemniaki młode 240g, Pietruszka zielona 3g, Kompot mieszany 200Por, Zupa szpinakowa 300Por, Szyńka gotowana w jarzynach 120Por, j. fasolka szparagowa mr 130Por, Surówka buraki z jabłkiem 150Por,	Serek śmietank. puszysty Twój smak 63g, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 115g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 20g, Pasztet drobiowy 73g, Pomidory 53g, Papryka świeża 53g, Posiłek nocny: Sałatka z kuskusem 200g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3262.89 kcal; Białko ogółem: 117.84 g; Tłuszcz: 143.09 g; Węglowodany ogółem: 397.43 g; Węglowodany przyswajalne: 333.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.49 g; Sód: 2704.46 mg;		
sobota 2026-09-12		
Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Jaja 1szt, Sałata zielona 8g, Masło kg 10g, Herbata - cuk 200Por, Ogórki świeże 53g, II Śniadanie: Schab pieczony 58g, Masło kg 10g, Bułki grahamki. 1szt, Pomidory 0g,	Zupa szpinakowa 300Por, Szyńka gotowana w jarzynach 120Por, Ziemniaki młode 240g, Pietruszka zielona 3g, Surówka buraki z jabłkiem 150Por, Mieszanka kompotowa 25g, j. kalafior gotowany 150Por, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt,	Pomidory 53g, Pasztet drobiowy 73g, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 100g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 20g, Serek śmietank. puszysty Twój smak 62g, Papryka świeża 53g, Posiłek nocny: Sałatka z kuskusem 200g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2841.75 kcal; Białko ogółem: 114.88 g; Tłuszcz: 141.49 g; Węglowodany ogółem: 296.00 g; Węglowodany przyswajalne: 227.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.63 g; Błonnik pokarmowy: 23.45 g; Sód: 2308.55 mg;		
niedziela 2026-09-13		
Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Parówki cienkie 95g, Sałata zielona 8g, Masło kg 20g, Chleb razowy ze słonecznikiem 120g, Pomidory 53g, Polędwica z drobiu 53g, Herbata ekspresowa 250Por, Papryka świeża 53g, Musztarda 20g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300Por, Ziemniaki młode 250g, Koper 2g, surówka z marchwi z oliwką 150g, Kompot truskawkowy 200Por, Roladki drobiowe gotowane w warzywach 100g, sałatka z ogórka, pomidora i papryki 150Por,	Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 125g, Masło kg 20g, Polędwica sopocka 53g, Pomidory 33g, Herbata ekspresowa z cytryną 1Por, Sałatka z kalafiora i szynki kons. z jog 100Por, Ogórki świeże 53g, Ser kiri 1szt, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2955.92 kcal; Białko ogółem: 121.04 g; Tłuszcz: 132.01 g; Węglowodany ogółem: 328.91 g; Węglowodany przyswajalne: 273.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.40 g; Błonnik pokarmowy: 40.39 g; Sód: 3458.73 mg;		
niedziela 2026-09-13		
Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Sałata zielona 8g, Masło kg 10g, Chleb razowy ze słonecznikiem 50g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Pomidory 48g, Parówki cienkie 95g, Musztarda 20g, II Śniadanie: Papryka świeża 53g, Masło kg 10g, Chleb oliwski 500 50g, Polędwica z drobiu 58g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300Por, Roladki drobiowe gotowane w warzywach 100g, Ziemniaki młode 220g, Koper 2g, sałatka z ogórka, pomidora i papryki 150Por, Mieszanka kompotowa 25g, surówka z marchwi z oliwką 150g, Podwieczorek: Jabłka 130g,	Sałatka z kalafiora i szynki kons. z jog 100Por, Polędwica sopocka 53g, Sałata zielona 8g, Herbata ekspresowa z cytryną - cuk 200g, Masło kg 20g, Pomidory 53g, Chleb razowy ze słonecznikiem 100g, Ogórki świeże 53g, Ser topiony szt. 25 1szt, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2690.08 kcal; Białko ogółem: 120.33 g; Tłuszcz: 132.22 g; Węglowodany ogółem: 276.84 g; Węglowodany przyswajalne: 233.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.69 g; Błonnik pokarmowy: 43.78 g; Sód: 3389.47 mg;		

Dietetyk

.....