

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardio		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-14 Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Kielbasa szynkowa wieprzowa 53g, Sałata zielona 7g, Masło kg 20g, Bułki grahamki. 1szt, Chleb razowy 500 110g, Pomidory 53g, Dżem 25g, Herbata 250Por, Papryka świeża 53g, Zupa płatki owsiane na mleku 300Por, Ser topiony kostka 52g,	Zupa jarzynowa 300Por, Wołowina duszona 140Por, Kasza mies. na sypko 100Por, Koper 3g, Surówka z czerwonej kapusty 150Por, Kompot truskawkowy 200Por, Marchew junior/cała/mrożona 120g,	Szynka tostowa 53g, Sałata zielona 7g, Chleb oliwski 500 110g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 20g, Pomidory 48g, Serek wiejski 105g, Ogórki świeże 48g, Posiłek nocny: sałatka mix z mozzarellą 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3137.46 kcal; Białko ogółem: 126.20 g; Tłuszcz: 131.44 g; Węglowodany ogółem: 373.19 g; Węglowodany przyswajalne: 310.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.14 g; Błonnik pokarmowy: 43.60 g; Sód: 3719.90 mg;		
poniedziałek 2026-09-14 Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Sałata zielona 7g, Masło kg 10g, Chleb oliwski 500 60g, Herbata - cuk 200Por, Pomidory 53g, Ser topiony kostka 52g, Zupa płatki owsiane na mleku 300Por, II Śniadanie: Kielbasa szynkowa wieprzowa 58g, Bułki grahamki. 1szt, Masło kg 10g, Papryka świeża 48g,	Wołowina duszona 140Por, Kasza mies. na sypko 100Por, Koper 2g, Marchew junior/cała/mrożona 110g, Mieszanka kompotowa 25g, Surówka z czerwonej kapusty 150Por, Zupa jarzynowa 300Por, Podwieczorek: Grapefruit 230g,	Sałata zielona 7g, Chleb razowy 500 85g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 20g, Serek wiejski 105g, Pomidory 53g, Szynka tostowa 53g, Ogórki świeże 48g, Posiłek nocny: sałatka mix z mozzarellą 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2821.73 kcal; Białko ogółem: 122.23 g; Tłuszcz: 131.87 g; Węglowodany ogółem: 311.69 g; Węglowodany przyswajalne: 209.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.50 g; Błonnik pokarmowy: 40.13 g; Sód: 3435.48 mg;		
wtorek 2026-09-15 Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Polędwica sopocka 53g, Sałata zielona 10g, Dżem 20g, Masło kg 20g, Chleb razowy 500 95g, Pomidory 53g, Ser biały 83g, Kawa mleczna 250Por, Bułki grahamki. 1szt, Ogórki świeże 48g,	Zupa neapolitanka z makaronem 300Por, Kurczak pieczony 250Por, Ziemniaki młode 240g, Surówka z kapusty pekińskiej 130Por, Kompot śliwkowy 200Por, Koper 3g, Sałatka z pomidora i ogórka 120Por,	Sałatka jarzynowa ze śmietaną (D) 300Por, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 110g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 20g, Polędwica z drobiu 43g, Pomidory 55g, Papryka świeża 53g, Serek śmietank. puszysty Twój smak 53g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3152.18 kcal; Białko ogółem: 136.57 g; Tłuszcz: 138.89 g; Węglowodany ogółem: 358.32 g; Węglowodany przyswajalne: 298.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.52 g; Błonnik pokarmowy: 37.06 g; Sód: 2953.61 mg;		
wtorek 2026-09-15 Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Sałata zielona 10g, Masło kg 10g, Chleb oliwski 500 50g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Pomidory 53g, Ser biały 83g, II Śniadanie: Polędwica sopocka 58g, Bułki grahamki. 1szt, Masło kg 10g, Ogórki świeże 43g,	Zupa neapolitanka z makaronem 300Por, Kurczak pieczony 250Por, Ziemniaki młode 220g, Mieszanka kompotowa 25g, Surówka z kapusty pekińskiej 130Por, Koper 3g, Sałatka z pomidora i ogórka 120Por, Podwieczorek: Jabłka 130g,	Polędwica z drobiu 43g, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 50g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 20g, Sałatka jarzynowa ze śmietaną (D) 300Por, Pomidory 52g, Chleb razowy 500 50g, Papryka świeża 48g, Serek śmietank. puszysty Twój smak 53g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2760.86 kcal; Białko ogółem: 128.01 g; Tłuszcz: 132.72 g; Węglowodany ogółem: 281.74 g; Węglowodany przyswajalne: 245.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.69 g; Błonnik pokarmowy: 35.98 g; Sód: 2666.32 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardio		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-16		
Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Salata zielona 8g, Masło kg 20g, Chleb razowy 500 85g, Szynka konserwowa 53g, Ser plastry 35g, Dżem 25g, Bułki sztuki 50 1szt, Herbata 250Por, Drożdżówki 50G 1szt, Pomidory 63g, Ogórki świeże 43g,	Filet z indyka duszony 110Por, Ziemniaki młode 250g, Koper 2g, Surówka z marchewki 150Por, Kompot porzeczkowy 200Por, Zupa szczawiowa z ziemniak. 300g, Ogórki małosolne 120g,	Herbata ekspresowa 250Por, Pomidory 53g, Salata zielona 8g, Chleb oliwski 500 110g, Masło kg 20g, Kielbasa szynkowa wieprzowa 37g, Serek TARTARE 1szt, Kielbasa Drobiowa 43g, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2721.95 kcal; Białko ogółem: 112.15 g; Tłuszcz: 107.05 g; Węglowodany ogółem: 332.89 g; Węglowodany przyswajalne: 259.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.98 g; Sód: 3782.82 mg;		
środa 2026-09-16		
Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Salata zielona 8g, Masło kg 10g, Chleb razowy 500 50g, Szynka konserwowa 58g, Herbata - cuk 200Por, Ogórki świeże 43g, Jogurt naturalny 1szt, II Śniadanie: Pomidory 48g, Ser plastry 35g, Masło kg 10g, Bułki grahamki. 1szt,	Filet z indyka duszony 110Por, Ziemniaki młode 220g, Koper 2g, Surówka z marchewki 150Por, Mieszanka kompotowa 25g, Zupa szczawiowa z ziemniak. 300g, Ogórki małosolne 120g, Podwieczorek: Brzoskwinie 180g,	Herbata ekspresowa - cuk 200g, Kielbasa szynkowa wieprzowa 37g, Kielbasa Drobiowa 43g, Salata zielona 8g, Chleb oliwski 500 100g, Masło kg 20g, Pomidory 53g, Serek TARTARE 1szt, Papryka świeża 53g, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.16 kcal; Białko ogółem: 115.21 g; Tłuszcz: 104.72 g; Węglowodany ogółem: 248.92 g; Węglowodany przyswajalne: 174.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.72 g; Błonnik pokarmowy: 21.46 g; Sód: 3483.91 mg;		
czwartek 2026-09-17		
Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Zupa płatki owsiane na mleku 300Por, Jaja 1szt, Szynka gotowana wieprzowa 53g, Salata zielona 8g, Dżem 25g, Masło kg 20g, Bułki sztuki 50 1szt, Chleb razowy 500 110g, Herbata 250Por, Pomidory 48g, Ogórki świeże 37g,	Ziemniaki 250g, Pietruszka zielona 2g, Salata ze śmietaną 60Por, Kompot porzeczkowy 200Por, Zupa barszcz z ziemniakami 300Por, Szynka gotowana w jarzynach 120Por, Marchew plastry faliste 110g,	Polędwica z drobiu 53g, Salata zielona 8g, Chleb oliwski 500 115g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 15g, Ryż z jabłkami i śmietaną 230Por, Pomidory 45g, Posiłek nocny: Salatka z pomidora i ogórka 120Por,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2950.27 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 99.43 g; Węglowodany ogółem: 454.53 g; Węglowodany przyswajalne: 415.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.77 g; Błonnik pokarmowy: 38.56 g; Sód: 2521.30 mg;		
czwartek 2026-09-17		
Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Ogórki świeże 53g, Jaja 1szt, Salata zielona 8g, Masło kg 10g, Bułki grahamki. 1szt, Herbata - cuk 200Por, Pomidory 0g, Zupa płatki owsiane na mleku 300Por, II Śniadanie: Szynka gotowana wieprzowa 58g, Masło kg 10g,	Zupa barszcz z ziemniakami 300Por, Szynka gotowana w jarzynach 120Por, Ziemniaki 220g, Pietruszka zielona 2g, Salata ze śmietaną 60Por, Mieszanka kompotowa 25g, Marchew plastry faliste 110g, Podwieczorek: Sok wielowarzywny 220ml,	Pomidory 48g, Polędwica z drobiu 53g, Salata zielona 8g, Chleb oliwski 500 80g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 20g, Ryż z jabłkami i śmietaną 230Por, Posiłek nocny: Salatka z pomidora i ogórka 120Por,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2434.93 kcal; Białko ogółem: 98.30 g; Tłuszcz: 101.88 g; Węglowodany ogółem: 323.81 g; Węglowodany przyswajalne: 290.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.30 g; Błonnik pokarmowy: 33.42 g; Sód: 2372.25 mg;		
piątek 2026-09-18		
Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Ser biały 83g, Salata zielona 8g, Dżem 25g, Masło kg 20g, Bułki grahamki. 1szt, Chleb razowy ze słonecznikiem 100g, Pomidory 53g, Kawa inka 250Por, Ogórki świeże 43g, Szynka z piersi indyka 53g,	Zupa ziemniaczana z zacierką 350Por, Ryba w sosie cytrynowym 150Por, Ziemniaki 240g, Koper 2g, Sur. z białej kapusty z ogórkiem 150g, j. bukiet jarzyn - mr. 160Por,	Schab pieczony 53g, Szynka w galarecie 100Por, Salata zielona 8g, Chleb oliwski 500 100g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 20g, Pomidory 48g, Ser plastry 35g, Papryka świeża 53g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2622.30 kcal; Białko ogółem: 143.72 g; Tłuszcz: 90.18 g; Węglowodany ogółem: 327.19 g; Węglowodany przyswajalne: 280.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.01 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g; Sód: 3753.71 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardio		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-18		
Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Ser biały 83g, Sałata zielona 8g, Masło kg 10g, Chleb razowy ze słonecznikiem 60g, Herbata ekspresowa - cuk 40g, Ogórki świeże 43g, II Śniadanie: Masło kg 10g, Bułki grahamki. 1szt, Pomidory 53g, Szyнка z piersi indyka 58g,	Zupa ziemniaczana z zacierką 350Por, Ryba w sosie cytrynowym 150Por, Ziemniaki 220g, Koper 3g, Mieszanka kompotowa 25g, j. bukiet jarzyn - mr. 160Por, Sur. z białej kapusty z ogórkiem 150g, Podwieczorek: Jabłka 150g,	Schab pieczony 53g, Szyнка w galarecie 100Por, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 50g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 20g, Chleb razowy ze słonecznikiem 60g, Pomidory 48g, Ser plastry 35g, Papryka świeża 53g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.55 kcal; Białko ogółem: 137.08 g; Tłuszcz: 87.81 g; Węglowodany ogółem: 283.81 g; Węglowodany przyswajalne: 233.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.27 g; Błonnik pokarmowy: 35.82 g; Sód: 3574.92 mg;		
sobota 2026-09-19		
Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Serek wiejski 105g, Kielbasa krakowska parzona 53g, Sałata zielona 8g, Dżem 25g, Masło kg 20g, Bułki grahamki. 1szt, Chleb razowy ze słonecznikiem 100g, Pomidory 53g, Herbata 250Por, Ogórki świeże 53g, Jaja 1szt,	Zupa krupnik 300Por, Pieczeń rzymska 140Por, Ziemniaki 240g, Koper 3g, Ogórki kiszone 110g, Kompot truskawkowy 200Por, j. buraki zasmażane 150Por,	Szyнка z kurcząt 53g, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 110g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 20g, Makaron z twarogiem i śmietaną 200Por, Pomidory 53g, Posiłek nocny: sałatka mix z mozzarellą 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3268.91 kcal; Białko ogółem: 143.48 g; Tłuszcz: 119.76 g; Węglowodany ogółem: 402.19 g; Węglowodany przyswajalne: 350.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.30 g; Błonnik pokarmowy: 36.24 g; Sód: 4304.90 mg;		
sobota 2026-09-19		
Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Sałata zielona 8g, Masło kg 10g, Chleb razowy 500 60g, Pomidory 53g, Herbata - cuk 200Por, Kielbasa krakowska parzona 58g, Jaja 1szt, II Śniadanie: Serek wiejski 105g, Masło kg 10g, Bułki grahamki. 1szt, Ogórki świeże 43g,	Pieczeń rzymska 140Por, Ziemniaki 220g, Koper 3g, Ogórki kiszone 110g, j. buraki zasmażane 150Por, Mieszanka kompotowa 25g, Zupa krupnik 300Por, Podwieczorek: Sok pomidorowy 220ml,	Makaron z twarogiem i śmietaną 200Por, Szyнка z kurcząt 53g, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 80g, Pomidory 48g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 20g, Posiłek nocny: sałatka mix z mozzarellą 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2845.61 kcal; Białko ogółem: 139.68 g; Tłuszcz: 117.73 g; Węglowodany ogółem: 324.09 g; Węglowodany przyswajalne: 289.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.16 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g; Sód: 4538.10 mg;		
niedziela 2026-09-20		
Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Jajecznica na parze 100Por, Sałata zielona 8g, Masło kg 20g, Chleb razowy ze słonecznikiem 120g, Pomidory 53g, Polędwica z drobiu 53g, Herbata ekspresowa 250Por, Papryka świeża 53g, Jogurt owocowy 1szt,	Zupa ryżowa z zieleciną 300Por, Ziemniaki 250g, Koper 2g, Surówka z kiszonej kapusty 150Por, Kompot truskawkowy 200Por, Schab gotowany w jarzynach 180Por, surówka z marchwi z oliwką 150g,	Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 125g, Masło kg 20g, Szyнка gotowana wieprzowa 53g, Pomidory 33g, Herbata ekspresowa z cytryną 1Por, Sałatka z jajkiem, brokułami i kukurydzą 150g, Ogórki świeże 48g, Serek śmietank. puszysty Twój smak 53g, Posiłek nocny: Sok owocowy mały szt. 02.L 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3320.90 kcal; Białko ogółem: 141.07 g; Tłuszcz: 160.11 g; Węglowodany ogółem: 338.52 g; Węglowodany przyswajalne: 270.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.92 g; Błonnik pokarmowy: 36.78 g; Sód: 4021.16 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardiologia		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-20		
Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Salata zielona 8g, Masło kg 10g, Chleb razowy ze słonecznikiem 50g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Pomidory 48g, Jajecznica na parze 100Por, Jogurt naturalny 1szt, II Śniadanie: Polędwica z drobiu 58g, Papryka świeża 53g, Masło kg 10g, Chleb oliwski 500 50g,	Zupa ryżowa z zieleciną 300Por, Schab gotowany w jarzynach 180Por, Ziemniaki 220g, Koper 2g, surówka z marchwi z oliwką 150g, Mieszanka kompotowa 25g, Surówka z kiszzonej kapusty 150Por, Podwieczorek: Kiwi 125g,	Szynka gotowana wieprzowa 53g, Salata zielona 8g, Herbata ekspresowa z cytryną - cuk 200g, Masło kg 20g, Pomidory 53g, Chleb razowy ze słonecznikiem 100g, Sałatka z jajkiem, brokułami i kukurydzą 150g, Ogórki świeże 48g, Serek śmietank. puszysty Twój smak 53g, Posiłek nocny: Sok owocowy mały szt. 02.L 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3062.20 kcal; Białko ogółem: 140.76 g; Tłuszcz: 161.71 g; Węglowodany ogółem: 284.64 g; Węglowodany przyswajalne: 229.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.55 g; Błonnik pokarmowy: 39.68 g; Sód: 3873.46 mg;		

Dietetyk

.....