

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardio		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-21 Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Szynka z piersi indyka 53g, Sałata zielona 7g, Masło kg 20g, Bułki grahamki. 1szt, Chleb razowy 500 110g, Pomidory 53g, Dżem 25g, Herbata 250Por, Papryka świeża 53g, Zupa manna na mleku 300g, Ser topiony kostka 52g,	Zupa ziemniaczana 300Por, Pulpet gotowany w sosie potrawkowym 100Por, Ziemniaki 250g, Koper 3g, Sałatka z ogórka kiszzonego i papryki kon 120Por, Kompot truskawkowy 200Por, Surówka z czerwonej kapusty 150Por,	Kielbasa szynkowa wieprzowa 53g, Sałata zielona 7g, Chleb oliwski 500 110g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 20g, Pomidory 48g, Pierogi leniwe z masłem 220Por, Ogórki świeże 48g, Posiłek nocny: sałatka mix z jajkiem 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3576.95 kcal; Białko ogółem: 130.67 g; Tłuszcz: 141.58 g; Węglowodany ogółem: 453.65 g; Węglowodany przyswajalne: 401.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.24 g; Błonnik pokarmowy: 42.28 g; Sód: 4028.75 mg;		
wtorek 2026-09-22 Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Kielbasa Drobiowa 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 53g,	Zupa Kaszubska 350Por, Kurczak pieczony 250Por, Ryż na sypko 100Por, Surówka z jarzyn mieszanych 170Por, Kompot śliwkowy 200Por, Koper 3g, j. marchew gotowana 150Por,	Jaja 1szt, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 110g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 20g, Polędwica sopocka 53g, Pomidory 55g, Papryka świeża 48g, Ser kiri 1szt, Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3272.58 kcal; Białko ogółem: 160.54 g; Tłuszcz: 133.55 g; Węglowodany ogółem: 377.67 g; Węglowodany przyswajalne: 316.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.45 g; Błonnik pokarmowy: 38.53 g; Sód: 2677.91 mg;		
wtorek 2026-09-22 Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Sałata zielona 10g, Masło kg 10g, Chleb oliwski 500 50g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Pomidory 53g, Ser biały 76g, II Śniadanie: Kielbasa Drobiowa 58g, Bułki grahamki. 1szt, Masło kg 10g, Ogórki świeże 53g,	Zupa Kaszubska 350Por, Kurczak w potrawce 200Por, Ryż na sypko 100Por, Mieszanka kompotowa 25g, Surówka z marchewki 150Por, Koper 3g, Surówka z jarzyn mieszanych 170Por, Podwieczorek: Kiwi 115g,	Polędwica sopocka 53g, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 50g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 20g, Jaja 1szt, Pomidory 52g, Chleb razowy 500 50g, Papryka świeża 48g, Ser kiri 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2625.84 kcal; Białko ogółem: 127.50 g; Tłuszcz: 111.13 g; Węglowodany ogółem: 298.50 g; Węglowodany przyswajalne: 252.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.15 g; Błonnik pokarmowy: 37.91 g; Sód: 2348.71 mg;		
środa 2026-09-23 Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Sałata 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,	Schab duszony 180Por, Ziemniaki 250g, Koper 2g, Surówka buraki z jabłkiem 150Por, Kompot porzeczkowy 200Por, j. kalafior gotowany 150Por, Zupa ogórkowa 300Por,	Herbata ekspresowa 250Por, Pomidory 53g, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 110g, Masło kg 20g, Kielbasa szynkowa wieprzowa 37g, Serek TARTARE 1szt, Szynka tostowa 43g, Posiłek nocny: Banany 200g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2908.89 kcal; Białko ogółem: 102.03 g; Tłuszcz: 100.50 g; Węglowodany ogółem: 405.13 g; Węglowodany przyswajalne: 359.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.15 g; Błonnik pokarmowy: 35.42 g; Sód: 3408.38 mg;		
środa 2026-09-23 Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Sałata zielona 8g, Masło kg 10g, Chleb razowy 500 50g, Szynka konserwowa 58g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Ogórki świeże 43g, Jogurt naturalny 1szt, II Śniadanie: Pomidory 48g, Ser plastry 35g, Masło kg 10g, Bułki grahamki. 1szt,	Schab duszony 180Por, Ziemniaki 220g, Koper 2g, j. kalafior gotowany 150Por, Mieszanka kompotowa 25g, Zupa ogórkowa 300Por, Surówka buraki z jabłkiem 150Por, Podwieczorek: Grapefruit 200g,	Herbata ekspresowa - cuk 200g, Kielbasa szynkowa wieprzowa 37g, Szynka tostowa 43g, Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 100g, Masło kg 20g, Pomidory 53g, Serek TARTARE 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.34 kcal; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 99.33 g; Węglowodany ogółem: 283.06 g; Węglowodany przyswajalne: 248.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.73 g; Błonnik pokarmowy: 34.29 g; Sód: 3247.88 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardio		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-24 Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Zupa płatki jęczmienne na mleku 300g, Szynka gotowana wieprzowa 57g, Salata zielona 8g, Dżem 25g, Masło kg 20g, Bułki sztuki 50 1szt, Chleb razowy 500 110g, Herbata 250Por, Pomidory 48g, Ogórki świeże 37g, Pasta z jaj 75Por,	Ziemniaki 250g, Pietruszka zielona 2g, Salata ze śmietaną 60Por, Herbata Lipton mięta 1szt, Zupa owocowa z makaronem 300Por, Filet z indyka gotowany w jarzynach 120g, Marchew junior/cała/mrożona 120g,	Szynka z kurcząt 53g, Salata zielona 8g, Chleb oliwski 500 115g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 15g, Risotto mięsno-jarzynowe 230Por, Pomidory 45g, Papryka świeża 48g, Posiłek nocny: Jogurt z owocami 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3089.25 kcal; Białko ogółem: 135.76 g; Tłuszcz: 94.04 g; Węglowodany ogółem: 445.01 g; Węglowodany przyswajalne: 405.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.22 g; Błonnik pokarmowy: 39.23 g; Sód: 3066.02 mg;		
czwartek 2026-09-24 Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Ogórki świeże 53g, Pasta z jaj 75Por, 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 koperkowa z makaronem 300Por, Filet z indyka gotowany w jarzynach 120g, Ziemniaki 220g, Pietruszka zielona 2g, Salata ze śmietaną 60Por, Mieszanka kompotowa 25g, Marchew junior/cała/mrożona 120g, Podwieczorek: Sok pomidorowy 220ml,	Pomidory 48g, Szynka z kurcząt 53g, Salata zielona 8g, Chleb oliwski 500 80g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 20g, Risotto mięsno-jarzynowe 230Por, Papryka świeża 48g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2388.80 kcal; Białko ogółem: 124.15 g; Tłuszcz: 92.69 g; Węglowodany ogółem: 282.35 g; Węglowodany przyswajalne: 225.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.54 g; Sód: 2622.95 mg;		
piątek 2026-09-25 Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Ser biały 85g, Polędwica sopocka 53g, Salata zielona 8g, Dżem 25g, Masło kg 20g, Bułki sztuki 50 1szt, Chleb razowy ze słonecznikiem 90g, Kawa inka 250Por, Pomidory 48g, Ogórki świeże 53g,	Ziemniaki 250g, Koper 3g, Surówka z białej kapusty 150Por, Kompot śliwkowy 200Por, Zupa żurek 300Por, Ryba - pstrąg gotowany w jarzynach 14g, j. bukiet jarzyn - mr. 160Por,	Pasta mięsna 100Por, Salata zielona 8g, Chleb oliwski 500 105g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 15g, Szynka z piersi indyka 53g, Pomidory 53g, Papryka świeża 48g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2621.58 kcal; Białko ogółem: 131.73 g; Tłuszcz: 91.29 g; Węglowodany ogółem: 333.57 g; Węglowodany przyswajalne: 298.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.09 g; Błonnik pokarmowy: 34.58 g; Sód: 2306.89 mg;		
piątek 2026-09-25 Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Ser biały 85g, Salata zielona 8g, Masło kg 10g, Chleb oliwski 500 50g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Ogórki świeże 43g, II Śniadanie: Polędwica sopocka 58g, Masło kg 10g, Bułki grahamki. 1szt, Pomidory 50g,	Ziemniaki 220g, Koper 3g, Surówka z białej kapusty 150Por, Mieszanka kompotowa 25g, j. bukiet jarzyn - mr. 160Por, Zupa żurek 300Por, Ryba - pstrąg gotowany w jarzynach 14g, Podwieczorek: Jabłka 150g,	Szynka z piersi indyka 53g, Salata zielona 8g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 15g, Chleb razowy ze słonecznikiem 80g, Pasta mięsna 100Por, Pomidory 53g, Papryka świeża 53g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2102.83 kcal; Białko ogółem: 116.17 g; Tłuszcz: 84.47 g; Węglowodany ogółem: 235.75 g; Węglowodany przyswajalne: 198.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.47 g; Błonnik pokarmowy: 37.05 g; Sód: 1945.09 mg;		
sobota 2026-09-26 Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Ser plastry 35g, Szynka tostowa 53g, Salata zielona 8g, Dżem 25g, Masło kg 20g, Chleb razowy ze słonecznikiem 120g, Herbata 250Por, Pomidory 63g, Papryka świeża 53g,	Zupa rosół z makaronem 300Por, sztuka mięsa w sosie potrawkowym 100Por, Ziemniaki 250g, Koper 2g, j. fasolka szparagowa mr 130Por, Kompot porzeczkowy 200Por, Surówka z selera i marchwi 180Por,	Kielbasa szynkowa wieprzowa 53g, Salata zielona 8g, Chleb oliwski 500 115g, Herbata ekspresowa 250Por, Masło kg 20g, Pomidory 48g, Serek wiejski 105g, Posiłek nocny: Sok owocowy mały szt. 02.L 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.68 kcal; Białko ogółem: 100.41 g; Tłuszcz: 89.63 g; Węglowodany ogółem: 307.34 g; Węglowodany przyswajalne: 222.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.36 g; Sód: 2694.09 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kardio		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-26		
Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Szynka tostowa 58g, Sałata zielona 8g, Masło kg 10g, Chleb oliwski 500 60g, Pomidory 63g, Herbata - cuk 200Por, II Śniadanie: Ser plastry 35g, Masło kg 10g, Chleb razowy ze słonecznikiem 60g, Papryka świeża 53g,	Zupa rosół z makaronem 300Por, Wołowina gotowana 120Por, Ziemniaki 220g, Koper 2g, Fasola żółta mrożona 130g, Surówka z selera i marchwi 180Por, Mieszanka kompotowa 25g, Podwieczorek: Kiwi 120g,	Kielbasa szynkowa wieprzowa 53g, Sałata zielona 8g, Chleb razowy 500 90g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Masło kg 20g, Pomidory 53g, Rzodkiew biała 25g, Ogórki świeże 43g, Serek wiejski 105g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2028.25 kcal; Białko ogółem: 100.06 g; Tłuszcz: 79.60 g; Węglowodany ogółem: 249.02 g; Węglowodany przyswajalne: 182.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.08 g; Błonnik pokarmowy: 36.24 g; Sód: 2690.72 mg;		
niedziela 2026-09-27		
Dieta: KARDIOLOGICZNA		
Jajecznica na parze 100Por, Sałata zielona 8g, Masło kg 20g, Chleb razowy ze słonecznikiem 120g, Pomidory 53g, Kielbasa Drobiowa 53g, Herbata ekspresowa 250Por, Papryka świeża 53g, Jogurt naturalny 1szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 300Por, Ziemniaki 240g, Koper 2g, Surówka z kapusty pekińskiej 130Por, Kompot truskawkowy 200Por, Roladki wieprzowe gotowane z warzywami 120Por, Brokuły 150g, Ciasto babka jogurtowa 75g,	Sałata zielona 8g, Chleb oliwski 500 125g, Masło kg 20g, Parówki cienkie 95g, Pomidory 33g, Herbata ekspresowa z cytryną 1Por, Szynka konserwowa 43g, Ogórki świeże 53g, Serek śmietank. puszysty Twój smak 63g, sałatka mix z mozzarellą 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3590.00 kcal; Białko ogółem: 150.74 g; Tłuszcz: 172.40 g; Węglowodany ogółem: 365.77 g; Węglowodany przyswajalne: 312.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 70.95 g; Błonnik pokarmowy: 38.77 g; Sód: 4525.99 mg;		
niedziela 2026-09-27		
Dieta: KARDIOLOGICZNA CUKRZYCOWA		
Sałata zielona 8g, Masło kg 10g, Chleb razowy ze słonecznikiem 50g, Herbata ekspresowa - cuk 200g, Pomidory 48g, Jajecznica na parze 100Por, Ser kiri 1szt, II Śniadanie: Papryka świeża 53g, Masło kg 10g, Chleb oliwski 500 50g, Kielbasa Drobiowa 58g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300Por, Roladki wieprzowe gotowane z warzywami 120Por, Ziemniaki 240g, Koper 2g, Surówka z kapusty pekińskiej 130Por, Mieszanka kompotowa 25g, Brokuły 150g, Podwieczorek: Grapefruit 200g,	Parówki cienkie 95g, Sałata zielona 8g, Herbata ekspresowa z cytryną - cuk 200g, Masło kg 20g, Pomidory 53g, Chleb razowy ze słonecznikiem 100g, Ogórki świeże 53g, Serek śmietank. puszysty Twój smak 63g, Szynka konserwowa 53g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2863.64 kcal; Białko ogółem: 131.24 g; Tłuszcz: 155.55 g; Węglowodany ogółem: 255.11 g; Węglowodany przyswajalne: 214.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 67.93 g; Błonnik pokarmowy: 40.97 g; Sód: 3959.15 mg;		

Dietetyk

.....