

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-04-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), twaróg krajanka 50g(2), jabłko deserowe 1szt, pomidor malinowy 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	ogórkowa z ziem. 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2343.53 kcal; Białko ogółem: 107.39 g; Tłuszcz: 67.26 g; Węglowodany ogółem: 334.20 g; Witamina B12: 5.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.87 g; suma cukrów prostych: 76.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g; Magnez: 430.80 mg; Żelazo: 14.49 mg; Witamina A: 1318.97 mg; Witamina B6: 3.76 mg; Witamina C: 215.84 mg; Witamina E: 11.14 mg; Sód: 2828.95 mg; Wapń: 1187.78 mg;

wtorek 2026-04-21 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2733.21 kcal; Białko ogółem: 115.25 g; Tłuszcz: 73.27 g; Węglowodany ogółem: 411.75 g; Witamina B12: 5.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.16 g; suma cukrów prostych: 146.93 g; Błonnik pokarmowy: 21.44 g; Magnez: 381.04 mg; Żelazo: 15.23 mg; Witamina A: 1352.95 mg; Witamina B6: 3.22 mg; Witamina C: 134.72 mg; Witamina E: 8.26 mg; Sód: 2742.26 mg; Wapń: 1175.85 mg;

wtorek 2026-04-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Mandarynki 1por. , twaróg krajanka 50g(2), ser żółty 30g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 90g , szpinak 10g,	ogórkowa z ziem. 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2238.23 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 66.15 g; Węglowodany ogółem: 302.04 g; Witamina B12: 5.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.52 g; suma cukrów prostych: 48.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.62 g; Magnez: 448.90 mg; Żelazo: 14.62 mg; Witamina A: 1299.57 mg; Witamina B6: 3.75 mg; Witamina C: 219.72 mg; Witamina E: 9.58 mg; Sód: 2704.35 mg; Wapń: 1170.08 mg;

wtorek 2026-04-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), twaróg krajanka 50g(2), jabłko deserowe 1szt, pomidor malinowy 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	ogórkowa z ziem. 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2456.33 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 68.61 g; Węglowodany ogółem: 355.80 g; Witamina B12: 5.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.44 g; suma cukrów prostych: 76.89 g; Błonnik pokarmowy: 31.17 g; Magnez: 430.80 mg; Żelazo: 14.49 mg; Witamina A: 1318.97 mg; Witamina B6: 3.76 mg; Witamina C: 215.84 mg; Witamina E: 11.14 mg; Sód: 2828.95 mg; Wapń: 1187.78 mg;

wtorek 2026-04-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2407.81 kcal; Białko ogółem: 113.54 g; Tłuszcz: 72.69 g; Węglowodany ogółem: 332.06 g; Witamina B12: 5.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.09 g; suma cukrów prostych: 70.41 g; Błonnik pokarmowy: 18.56 g; Magnez: 363.84 mg; Żelazo: 14.18 mg; Witamina A: 1254.65 mg; Witamina B6: 3.02 mg; Witamina C: 91.22 mg; Witamina E: 7.04 mg; Sód: 2733.06 mg; Wapń: 1141.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-04-21			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), roszponka 10g, herbata 1 torebka,	
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.00 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 59.89 g; Węglowodany ogółem: 330.33 g; Witamina B12: 4.46 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.98 g; suma cukrów prostych: 68.81 g; Błonnik pokarmowy: 18.60 g; Magnez: 353.93 mg; Żelazo: 13.03 mg; Witamina A: 1043.77 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 92.99 mg; Witamina E: 6.45 mg; Sód: 2641.55 mg; Wapń: 1070.58 mg;

wtorek 2026-04-21			Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), twaróg krajanka 50g(2), jabłko deserowe 1szt, pomidor malinowy 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 30g (2),	ogórkowa z ziem. 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,	
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.73 kcal; Białko ogółem: 114.89 g; Tłuszcz: 75.06 g; Węglowodany ogółem: 334.23 g; Witamina B12: 6.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.27 g; suma cukrów prostych: 76.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g; Magnez: 440.10 mg; Żelazo: 14.70 mg; Witamina A: 1401.77 mg; Witamina B6: 3.76 mg; Witamina C: 215.84 mg; Witamina E: 11.25 mg; Sód: 2999.95 mg; Wapń: 1429.88 mg;

wtorek 2026-04-21			Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), serek tartare 2 szt. (40g), serek tartare 2 szt. (40g), jabłko deserowe 1szt, pomidor malinowy 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	ogórkowa z ziem. 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), pasta jajeczna 60g (3,13,11)^, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,	
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.31 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 85.37 g; Węglowodany ogółem: 334.41 g; Witamina B12: 5.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.20 g; suma cukrów prostych: 81.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.52 g; Magnez: 445.03 mg; Żelazo: 14.65 mg; Witamina A: 2155.71 mg; Witamina B6: 3.88 mg; Witamina C: 221.55 mg; Witamina E: 15.60 mg; Sód: 3618.33 mg; Wapń: 1236.34 mg;

wtorek 2026-04-21			Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Mandarynki 1por. , twaróg krajanka 50g(2), ser żółty 30g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	ziemniaczana 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,	
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.10 kcal; Białko ogółem: 109.28 g; Tłuszcz: 77.13 g; Węglowodany ogółem: 280.32 g; Witamina B12: 5.49 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.78 g; suma cukrów prostych: 46.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.82 g; Magnez: 418.02 mg; Żelazo: 13.40 mg; Witamina A: 1546.30 mg; Witamina B6: 3.66 mg; Witamina C: 244.42 mg; Witamina E: 10.23 mg; Sód: 2464.74 mg; Wapń: 1136.78 mg;

wtorek 2026-04-21			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 100g, bukiet warzyw diet100gm,	Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 100g, brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,	
		Podwieczorek: Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2124.81 kcal; Białko ogółem: 128.63 g; Tłuszcz: 84.03 g; Węglowodany ogółem: 219.16 g; Witamina B12: 5.17 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.73 g; suma cukrów prostych: 50.02 g; Błonnik pokarmowy: 18.42 g; Magnez: 403.47 mg; Żelazo: 10.00 mg; Witamina A: 1533.70 mg; Witamina B6: 4.24 mg; Witamina C: 173.57 mg; Witamina E: 7.21 mg; Sód: 1305.53 mg; Wapń: 1212.61 mg;

wtorek 2026-04-21			Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), kielbasa szynkowa dębowa 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g ,	
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2819.21 kcal; Białko ogółem: 133.20 g; Tłuszcz: 69.52 g; Węglowodany ogółem: 429.35 g; Witamina B12: 4.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.31 g; suma cukrów prostych: 164.13 g; Błonnik pokarmowy: 21.54 g; Magnez: 384.04 mg; Żelazo: 13.68 mg; Witamina A: 1112.95 mg; Witamina B6: 3.32 mg; Witamina C: 135.42 mg; Witamina E: 7.71 mg; Sód: 2978.26 mg; Wapń: 1210.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
płatki owsiane na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kurczak gotowany premium 50g, jabłko deserowe 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g, roszponka 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), gulasz z mięsem drobiowym i soczewicą 250g (1,8,13), ryż brązowy 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2453.67 kcal; Białko ogółem: 111.34 g; Tłuszcz: 82.88 g; Węglowodany ogółem: 316.41 g; Witamina B12: 3.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.51 g; suma cukrów prostych: 65.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.72 g; Magnez: 370.07 mg; Żelazo: 13.24 mg; Witamina A: 1287.74 mg; Witamina B6: 2.30 mg; Witamina C: 198.84 mg; Witamina E: 9.17 mg; Sód: 2178.23 mg; Wapń: 1201.95 mg;

środa 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, brokuły z wody 150g, Ryż biały 200g*, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2511.54 kcal; Białko ogółem: 108.67 g; Tłuszcz: 82.40 g; Węglowodany ogółem: 337.92 g; Witamina B12: 3.43 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.82 g; suma cukrów prostych: 88.08 g; Błonnik pokarmowy: 20.86 g; Magnez: 326.20 mg; Żelazo: 8.84 mg; Witamina A: 1737.60 mg; Witamina B6: 3.03 mg; Witamina C: 173.99 mg; Witamina E: 10.96 mg; Sód: 2177.41 mg; Wapń: 930.32 mg;

środa 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt, kurczak gotowany premium 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g, roszponka 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, ryż brązowy 200g, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2141.60 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 73.01 g; Węglowodany ogółem: 265.31 g; Witamina B12: 3.76 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.09 g; suma cukrów prostych: 48.06 g; Błonnik pokarmowy: 27.25 g; Magnez: 391.70 mg; Żelazo: 10.92 mg; Witamina A: 1612.60 mg; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 263.19 mg; Witamina E: 10.21 mg; Sód: 2481.85 mg; Wapń: 1263.70 mg;

środa 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kurczak gotowany premium 50g, jabłko deserowe 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g, roszponka 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), gulasz z mięsem drobiowym i soczewicą 250g (1,8,13), ryż brązowy 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 90g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2510.37 kcal; Białko ogółem: 115.55 g; Tłuszcz: 83.62 g; Węglowodany ogółem: 324.98 g; Witamina B12: 3.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.52 g; suma cukrów prostych: 69.51 g; Błonnik pokarmowy: 31.26 g; Magnez: 348.37 mg; Żelazo: 12.17 mg; Witamina A: 1303.74 mg; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 199.84 mg; Witamina E: 8.66 mg; Sód: 2239.73 mg; Wapń: 1355.75 mg;

środa 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, brokuły z wody 150g, Ryż biały 200g*, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka, Sos pomidorowy 100ml (1,2),
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2597.42 kcal; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 87.44 g; Węglowodany ogółem: 346.21 g; Witamina B12: 3.46 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.93 g; suma cukrów prostych: 91.97 g; Błonnik pokarmowy: 21.67 g; Magnez: 341.20 mg; Żelazo: 9.39 mg; Witamina A: 1930.85 mg; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 183.52 mg; Witamina E: 12.70 mg; Sód: 2192.82 mg; Wapń: 957.89 mg;

środa 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, brokuły z wody 150g, Ryż biały 200g*, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Szytna śniadaniowa 50g^, szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.54 kcal; Białko ogółem: 107.78 g; Tłuszcz: 60.25 g; Węglowodany ogółem: 335.21 g; Witamina B12: 2.84 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.80 g; suma cukrów prostych: 89.53 g; Błonnik pokarmowy: 20.86 g; Magnez: 314.10 mg; Żelazo: 8.53 mg; Witamina A: 1113.20 mg; Witamina B6: 2.96 mg; Witamina C: 173.99 mg; Witamina E: 8.99 mg; Sód: 1582.51 mg; Wapń: 846.22 mg;

środa 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kurczak gotowany premium 50g, ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt, papryka świeża 90g, roszponka 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), gulasz z mięsem drobiowym i soczewicą 250g (1,8,13), ryż brązowy 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2560.37 kcal; Białko ogółem: 115.65 g; Tłuszcz: 90.82 g; Węglowodany ogółem: 320.26 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.73 g; suma cukrów prostych: 65.35 g; Błonnik pokarmowy: 31.26 g; Magnez: 340.17 mg; Żelazo: 12.27 mg; Witamina A: 1380.54 mg; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 198.84 mg; Witamina E: 8.83 mg; Sód: 2563.13 mg; Wapń: 1340.15 mg;

środa 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet pieczony z indyka 30g, Banan 1 szt, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 90g, roszponka 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), gulasz z mięsem drobiowym i soczewicą 250g (1,8,13), ryż brązowy 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2470.97 kcal; Białko ogółem: 105.43 g; Tłuszcz: 91.37 g; Węglowodany ogółem: 311.86 g; Witamina B12: 2.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.15 g; suma cukrów prostych: 79.79 g; Błonnik pokarmowy: 22.90 g; Magnez: 332.37 mg; Żelazo: 11.56 mg; Witamina A: 1063.74 mg; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 105.64 mg; Witamina E: 8.54 mg; Sód: 1766.93 mg; Wapń: 1136.75 mg;

środa 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt, kurczak gotowany premium 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g, roszponka 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, ryż brązowy 200g, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2141.60 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 73.01 g; Węglowodany ogółem: 265.31 g; Witamina B12: 3.76 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.09 g; suma cukrów prostych: 48.06 g; Błonnik pokarmowy: 27.25 g; Magnez: 391.70 mg; Żelazo: 10.92 mg; Witamina A: 1612.60 mg; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 263.19 mg; Witamina E: 10.21 mg; Sód: 2481.85 mg; Wapń: 1263.70 mg;

środa 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ziemniaczana 200ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Buraczki gotowane 100g^,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 100g, Masło 5g(2),
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.48 kcal; Białko ogółem: 116.19 g; Tłuszcz: 109.05 g; Węglowodany ogółem: 185.33 g; Witamina B12: 6.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.27 g; suma cukrów prostych: 78.38 g; Błonnik pokarmowy: 15.22 g; Magnez: 356.80 mg; Żelazo: 11.92 mg; Witamina A: 1751.19 mg; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 122.84 mg; Witamina E: 8.78 mg; Sód: 1930.77 mg; Wapń: 1207.33 mg;

środa 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser capresi 40g (2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, brokuły z wody 150g, Ryż biały 200g*, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2673.04 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 93.55 g; Węglowodany ogółem: 341.05 g; Witamina B12: 3.87 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.22 g; suma cukrów prostych: 88.12 g; Błonnik pokarmowy: 20.86 g; Magnez: 335.00 mg; Żelazo: 9.04 mg; Witamina A: 1830.40 mg; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 173.99 mg; Witamina E: 11.16 mg; Sód: 2563.81 mg; Wapń: 1084.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-04-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), schab Grzegorza 50g , gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, naleśniki ze szpinakiem 250g(1,2,3), sos czosnkowy 100g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2935.42 kcal; Białko ogółem: 113.58 g; Tłuszcz: 95.88 g; Węglowodany ogółem: 387.94 g; Witamina B12: 4.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.05 g; suma cukrów prostych: 80.01 g; Błonnik pokarmowy: 35.11 g; Magnez: 467.70 mg; Żelazo: 16.11 mg; Witamina A: 1200.96 mg; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 85.09 mg; Witamina E: 10.12 mg; Sód: 3146.92 mg; Wapń: 1252.67 mg;

czwartek 2026-04-23 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2518.50 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 82.18 g; Węglowodany ogółem: 320.88 g; Witamina B12: 4.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.95 g; suma cukrów prostych: 78.00 g; Błonnik pokarmowy: 16.74 g; Magnez: 205.52 mg; Żelazo: 6.93 mg; Witamina A: 916.70 mg; Witamina B6: 1.46 mg; Witamina C: 81.27 mg; Witamina E: 6.87 mg; Sód: 1640.79 mg; Wapń: 904.89 mg;

czwartek 2026-04-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), schab Grzegorza 50g , gruszka 1 szt., ser żółty 30g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2429.50 kcal; Białko ogółem: 117.06 g; Tłuszcz: 81.74 g; Węglowodany ogółem: 308.68 g; Witamina B12: 3.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.29 g; suma cukrów prostych: 61.69 g; Błonnik pokarmowy: 23.46 g; Magnez: 333.42 mg; Żelazo: 9.89 mg; Witamina A: 805.80 mg; Witamina B6: 1.54 mg; Witamina C: 52.77 mg; Witamina E: 7.59 mg; Sód: 2767.94 mg; Wapń: 945.54 mg;

czwartek 2026-04-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), schab Grzegorza 50g , gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, naleśniki ze szpinakiem 250g(1,2,3), sos czosnkowy 100g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2840.13 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 92.73 g; Węglowodany ogółem: 378.96 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.69 g; suma cukrów prostych: 79.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g; Magnez: 382.40 mg; Żelazo: 12.48 mg; Witamina A: 1299.70 mg; Witamina B6: 1.83 mg; Witamina C: 83.94 mg; Witamina E: 10.12 mg; Sód: 3064.76 mg; Wapń: 1190.97 mg;

czwartek 2026-04-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2518.50 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 82.18 g; Węglowodany ogółem: 320.88 g; Witamina B12: 4.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.95 g; suma cukrów prostych: 78.00 g; Błonnik pokarmowy: 16.74 g; Magnez: 205.52 mg; Żelazo: 6.93 mg; Witamina A: 916.70 mg; Witamina B6: 1.46 mg; Witamina C: 81.27 mg; Witamina E: 6.87 mg; Sód: 1640.79 mg; Wapń: 904.89 mg;

czwartek 2026-04-23 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2294.60 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 55.64 g; Węglowodany ogółem: 320.93 g; Witamina B12: 3.78 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.13 g; suma cukrów prostych: 77.94 g; Błonnik pokarmowy: 16.68 g; Magnez: 200.62 mg; Żelazo: 6.26 mg; Witamina A: 834.10 mg; Witamina B6: 1.40 mg; Witamina C: 81.27 mg; Witamina E: 6.41 mg; Sód: 1212.69 mg; Wapń: 897.89 mg;

czwartek 2026-04-23		
Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), schab Grzegorza 50g , gruszka 1 szt., Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, ser żółty 30g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, naleśniki ze szpinakiem 250g(1,2,3), sos czosnkowy 100g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3035.62 kcal; Białko ogółem: 121.08 g; Tłuszcz: 103.68 g; Węglowodany ogółem: 387.97 g; Witamina B12: 5.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.45 g; suma cukrów prostych: 80.04 g; Błonnik pokarmowy: 35.11 g; Magnez: 477.00 mg; Żelazo: 16.32 mg; Witamina A: 1283.76 mg; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 85.09 mg; Witamina E: 10.23 mg; Sód: 3317.92 mg; Wapń: 1494.77 mg;

czwartek 2026-04-23		
Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , ser żółty 30g (2), mus warzywno-owocowy 100g, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, naleśniki ze szpinakiem 250g(1,2,3), sos czosnkowy 100g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , roszonek 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2646.12 kcal; Białko ogółem: 106.87 g; Tłuszcz: 104.35 g; Węglowodany ogółem: 301.85 g; Witamina B12: 4.48 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.30 g; suma cukrów prostych: 63.02 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g; Magnez: 316.50 mg; Żelazo: 12.93 mg; Witamina A: 1341.76 mg; Witamina B6: 1.84 mg; Witamina C: 108.59 mg; Witamina E: 10.38 mg; Sód: 1947.42 mg; Wapń: 1244.87 mg;

czwartek 2026-04-23		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), schab Grzegorza 50g , gruszka 1 szt., kielbasa szynkowa dębowa 30g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.70 kcal; Białko ogółem: 115.35 g; Tłuszcz: 75.17 g; Węglowodany ogółem: 308.95 g; Witamina B12: 3.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.42 g; suma cukrów prostych: 61.66 g; Błonnik pokarmowy: 23.46 g; Magnez: 328.32 mg; Żelazo: 9.95 mg; Witamina A: 723.00 mg; Witamina B6: 1.60 mg; Witamina C: 52.77 mg; Witamina E: 7.54 mg; Sód: 2801.54 mg; Wapń: 704.94 mg;

czwartek 2026-04-23		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Pomidorowa z ryżem 250ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100 g, Masło 15g*(2),	herbata bez cukru 250ml, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Ryżowa 250ml (2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2483.56 kcal; Białko ogółem: 128.67 g; Tłuszcz: 126.69 g; Węglowodany ogółem: 180.35 g; Witamina B12: 5.46 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.77 g; suma cukrów prostych: 68.96 g; Błonnik pokarmowy: 14.02 g; Magnez: 299.87 mg; Żelazo: 10.03 mg; Witamina A: 3504.95 mg; Witamina B6: 3.02 mg; Witamina C: 108.89 mg; Witamina E: 9.53 mg; Sód: 1963.26 mg; Wapń: 800.56 mg;

czwartek 2026-04-23		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg 50g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), schab Grzegorza 50g , Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówki z fileta indyka 2szt. , roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2763.10 kcal; Białko ogółem: 121.35 g; Tłuszcz: 101.27 g; Węglowodany ogółem: 322.81 g; Witamina B12: 4.78 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.44 g; suma cukrów prostych: 79.55 g; Błonnik pokarmowy: 16.80 g; Magnez: 214.82 mg; Żelazo: 7.69 mg; Witamina A: 920.40 mg; Witamina B6: 1.57 mg; Witamina C: 81.27 mg; Witamina E: 7.08 mg; Sód: 2088.49 mg; Wapń: 958.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-04-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, surówka porowa 150g (3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2477.07 kcal; Białko ogółem: 92.16 g; Tłuszcz: 79.74 g; Węglowodany ogółem: 349.13 g; Witamina B12: 7.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.61 g; suma cukrów prostych: 108.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.97 g; Magnez: 449.60 mg; Żelazo: 14.35 mg; Witamina A: 1134.14 mg; Witamina B6: 3.93 mg; Witamina C: 188.17 mg; Witamina E: 10.89 mg; Sód: 4586.00 mg; Wapń: 1191.66 mg;

piątek 2026-04-24 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g), bułka wrocławska 50g (1),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2463.62 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 86.19 g; Węglowodany ogółem: 332.49 g; Witamina B12: 8.26 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.69 g; suma cukrów prostych: 104.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g; Magnez: 393.53 mg; Żelazo: 12.88 mg; Witamina A: 2106.04 mg; Witamina B6: 3.96 mg; Witamina C: 162.07 mg; Witamina E: 11.34 mg; Sód: 3931.78 mg; Wapń: 1195.78 mg;

piątek 2026-04-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, surówka porowa 150g (3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2269.48 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 68.08 g; Węglowodany ogółem: 296.93 g; Witamina B12: 8.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.93 g; suma cukrów prostych: 89.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g; Magnez: 447.76 mg; Żelazo: 13.15 mg; Witamina A: 1282.34 mg; Witamina B6: 3.84 mg; Witamina C: 176.64 mg; Witamina E: 10.46 mg; Sód: 4215.30 mg; Wapń: 1057.01 mg;

piątek 2026-04-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, surówka porowa 150g (3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2552.52 kcal; Białko ogółem: 94.89 g; Tłuszcz: 81.10 g; Węglowodany ogółem: 357.31 g; Witamina B12: 7.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.88 g; suma cukrów prostych: 116.50 g; Błonnik pokarmowy: 31.06 g; Magnez: 460.51 mg; Żelazo: 14.81 mg; Witamina A: 1285.96 mg; Witamina B6: 4.03 mg; Witamina C: 199.08 mg; Witamina E: 11.33 mg; Sód: 4869.64 mg; Wapń: 1206.20 mg;

piątek 2026-04-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g), bułka wrocławska 50g (1),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2463.62 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 86.19 g; Węglowodany ogółem: 332.49 g; Witamina B12: 8.26 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.69 g; suma cukrów prostych: 104.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g; Magnez: 393.53 mg; Żelazo: 12.88 mg; Witamina A: 2106.04 mg; Witamina B6: 3.96 mg; Witamina C: 162.07 mg; Witamina E: 11.34 mg; Sód: 3931.78 mg; Wapń: 1195.78 mg;

piątek 2026-04-24 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g), bułka wrocławska 50g (1),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2169.03 kcal; Białko ogółem: 90.95 g; Tłuszcz: 56.79 g; Węglowodany ogółem: 332.62 g; Witamina B12: 7.47 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.68 g; suma cukrów prostych: 105.54 g; Błonnik pokarmowy: 23.18 g; Magnez: 399.69 mg; Żelazo: 11.38 mg; Witamina A: 1772.62 mg; Witamina B6: 3.19 mg; Witamina C: 165.15 mg; Witamina E: 10.74 mg; Sód: 1850.30 mg; Wapń: 1059.34 mg;

piątek 2026-04-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Serek fromage 80g (2), Banan 1 szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, surówka porowa 150g (3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2739.07 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 105.74 g; Węglowodany ogółem: 351.65 g; Witamina B12: 7.79 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.97 g; suma cukrów prostych: 110.28 g; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; Magnez: 449.80 mg; Żelazo: 14.35 mg; Witamina A: 1385.34 mg; Witamina B6: 3.93 mg; Witamina C: 188.97 mg; Witamina E: 11.77 mg; Sód: 4578.60 mg; Wapń: 1091.26 mg;

piątek 2026-04-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 100g (2) 1szt, masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), kakao b/cukru 300ml (1,2), Banan 1 szt, dżem 25g - 1 szt., szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), rukola 10g, pomidor malinowy 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.70 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 78.43 g; Węglowodany ogółem: 344.19 g; Witamina B12: 7.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.91 g; suma cukrów prostych: 136.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.60 g; Magnez: 376.93 mg; Żelazo: 13.01 mg; Witamina A: 1952.08 mg; Witamina B6: 3.85 mg; Witamina C: 166.42 mg; Witamina E: 12.53 mg; Sód: 3499.23 mg; Wapń: 863.73 mg;

piątek 2026-04-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, surówka porowa 150g (3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2269.48 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 68.08 g; Węglowodany ogółem: 296.93 g; Witamina B12: 8.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.93 g; suma cukrów prostych: 89.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g; Magnez: 447.76 mg; Żelazo: 13.15 mg; Witamina A: 1282.34 mg; Witamina B6: 3.84 mg; Witamina C: 176.64 mg; Witamina E: 10.46 mg; Sód: 4215.30 mg; Wapń: 1057.01 mg;

piątek 2026-04-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
kakao bez cukru 250ml (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 100g, bukiet warzyw królewski 120g, Masło 10g(2), Masło 10g(2),	herbata bez cukru 250ml, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki 100g, Masło 10g(2),
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2135.08 kcal; Białko ogółem: 112.74 g; Tłuszcz: 92.80 g; Węglowodany ogółem: 222.27 g; Witamina B12: 4.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.66 g; suma cukrów prostych: 47.35 g; Błonnik pokarmowy: 20.44 g; Magnez: 381.55 mg; Żelazo: 9.84 mg; Witamina A: 2228.69 mg; Witamina B6: 3.79 mg; Witamina C: 205.72 mg; Witamina E: 7.46 mg; Sód: 801.24 mg; Wapń: 1099.81 mg;

piątek 2026-04-24 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), miód 2szt. (50g), szpinak 10g,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.52 kcal; Białko ogółem: 116.23 g; Tłuszcz: 77.94 g; Węglowodany ogółem: 334.11 g; Witamina B12: 8.54 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.51 g; suma cukrów prostych: 106.46 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g; Magnez: 391.93 mg; Żelazo: 12.84 mg; Witamina A: 2017.24 mg; Witamina B6: 3.97 mg; Witamina C: 162.07 mg; Witamina E: 11.15 mg; Sód: 3578.18 mg; Wapń: 1118.18 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-04-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g, gruszka 1 szt., roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 200g*, surówka z ogórka kiszzonego 150g (11,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka świeża 90g, rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2367.87 kcal; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz: 66.62 g; Węglowodany ogółem: 334.00 g; Witamina B12: 3.28 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.12 g; suma cukrów prostych: 81.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.82 g; Magnez: 421.60 mg; Żelazo: 11.77 mg; Witamina A: 1873.55 mg; Witamina B6: 3.00 mg; Witamina C: 231.99 mg; Witamina E: 11.25 mg; Sód: 3105.87 mg; Wapń: 945.78 mg;

sobota 2026-04-25 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 200g*, cukinia gotowana 150g, Kompot b/c 300g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.71 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz: 67.08 g; Węglowodany ogółem: 306.28 g; Witamina B12: 3.21 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.72 g; suma cukrów prostych: 70.86 g; Błonnik pokarmowy: 18.56 g; Magnez: 333.14 mg; Żelazo: 10.18 mg; Witamina A: 1158.05 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 120.97 mg; Witamina E: 8.68 mg; Sód: 1685.72 mg; Wapń: 890.13 mg;

sobota 2026-04-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g, gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 200g*, surówka z ogórka kiszzonego 150g (11,13), Kompot b/c 300g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka świeża 90g, herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2268.87 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 67.14 g; Węglowodany ogółem: 311.43 g; Witamina B12: 2.92 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.97 g; suma cukrów prostych: 70.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g; Magnez: 418.30 mg; Żelazo: 12.26 mg; Witamina A: 1869.75 mg; Witamina B6: 2.96 mg; Witamina C: 228.99 mg; Witamina E: 11.24 mg; Sód: 2993.37 mg; Wapń: 845.58 mg;

sobota 2026-04-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g, gruszka 1 szt., roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 200g*, surówka z ogórka kiszzonego 150g (11,13), Kompot b/c 300g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka świeża 90g, rukola 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2445.87 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 67.26 g; Węglowodany ogółem: 350.20 g; Witamina B12: 3.28 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.12 g; suma cukrów prostych: 81.48 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g; Magnez: 421.60 mg; Żelazo: 11.77 mg; Witamina A: 1873.55 mg; Witamina B6: 3.00 mg; Witamina C: 231.99 mg; Witamina E: 11.25 mg; Sód: 3105.87 mg; Wapń: 945.78 mg;

sobota 2026-04-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 200g*, cukinia gotowana 150g, Kompot b/c 300g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.71 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz: 67.08 g; Węglowodany ogółem: 306.28 g; Witamina B12: 3.21 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.72 g; suma cukrów prostych: 70.86 g; Błonnik pokarmowy: 18.56 g; Magnez: 333.14 mg; Żelazo: 10.18 mg; Witamina A: 1158.05 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 120.97 mg; Witamina E: 8.68 mg; Sód: 1685.72 mg; Wapń: 890.13 mg;

sobota 2026-04-25 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rozspanka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 200g*, cukinia gotowana 150g , Kompot b/c 300g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2167.91 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 58.83 g; Węglowodany ogółem: 306.21 g; Witamina B12: 3.21 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.25 g; suma cukrów prostych: 70.80 g; Błonnik pokarmowy: 18.56 g; Magnez: 333.04 mg; Żelazo: 10.17 mg; Witamina A: 1076.65 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 120.97 mg; Witamina E: 8.43 mg; Sód: 1684.82 mg; Wapń: 888.53 mg;

sobota 2026-04-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt., rozspanka 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 200g*, surówka z ogórka kiszzonego 150g (11,13), Kompot b/c 300g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka świeża 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2416.87 kcal; Białko ogółem: 117.64 g; Tłuszcz: 66.87 g; Węglowodany ogółem: 335.75 g; Witamina B12: 3.73 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.26 g; suma cukrów prostych: 83.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.82 g; Magnez: 426.10 mg; Żelazo: 11.87 mg; Witamina A: 1876.05 mg; Witamina B6: 3.05 mg; Witamina C: 231.99 mg; Witamina E: 11.26 mg; Sód: 3126.37 mg; Wapń: 993.78 mg;

sobota 2026-04-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser żółty 20g. (2), pomidor malinowy 90g, rozspanka 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 200g*, surówka z ogórka kiszzonego 150g (11,13), Kompot b/c 300g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2171.65 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz: 70.28 g; Węglowodany ogółem: 285.77 g; Witamina B12: 2.52 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.45 g; suma cukrów prostych: 65.39 g; Błonnik pokarmowy: 16.88 g; Magnez: 305.20 mg; Żelazo: 9.13 mg; Witamina A: 1503.89 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 111.79 mg; Witamina E: 8.88 mg; Sód: 2740.31 mg; Wapń: 754.84 mg;

sobota 2026-04-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), rozspanka 10g, pomidor malinowy 90g,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 200g*, surówka z ogórka kiszzonego 150g (11,13), Kompot b/c 300g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka świeża 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2268.87 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 67.14 g; Węglowodany ogółem: 311.43 g; Witamina B12: 2.92 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.97 g; suma cukrów prostych: 70.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g; Magnez: 418.30 mg; Żelazo: 12.26 mg; Witamina A: 1869.75 mg; Witamina B6: 2.96 mg; Witamina C: 228.99 mg; Witamina E: 11.24 mg; Sód: 2993.37 mg; Wapń: 845.58 mg;

sobota 2026-04-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 250ml (2,13), ziemniaki 100g, Szpinak gotowany 100g (2), Masło 10g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 100 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.11 kcal; Białko ogółem: 121.26 g; Tłuszcz: 111.81 g; Węglowodany ogółem: 191.46 g; Witamina B12: 5.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.56 g; suma cukrów prostych: 55.84 g; Błonnik pokarmowy: 18.17 g; Magnez: 389.22 mg; Żelazo: 13.23 mg; Witamina A: 3675.05 mg; Witamina B6: 3.61 mg; Witamina C: 113.67 mg; Witamina E: 8.66 mg; Sód: 1550.16 mg; Wapń: 824.57 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-04-25		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser capresi 40g (2), Pomidorki koktajlowe 90g , roszponka 10g,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 200g*, cukinia gotowana 150g , Kompot b/c 300g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, kielbasa szynkowa dębowa 40g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.91 kcal; Białko ogółem: 117.69 g; Tłuszcz: 77.92 g; Węglowodany ogółem: 308.16 g; Witamina B12: 3.82 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.82 g; suma cukrów prostych: 70.90 g; Błonnik pokarmowy: 18.56 g; Magnez: 347.54 mg; Żelazo: 10.74 mg; Witamina A: 1250.85 mg; Witamina B6: 2.77 mg; Witamina C: 120.97 mg; Witamina E: 8.96 mg; Sód: 2344.92 mg; Wapń: 1046.53 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-04-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt, pomidor malinowy 90g, szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa z bulgą tartą 150g (1), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2315.67 kcal; Białko ogółem: 106.30 g; Tłuszcz: 78.29 g; Węglowodany ogółem: 301.49 g; Witamina B12: 3.80 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.80 g; suma cukrów prostych: 64.56 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; Magnez: 404.48 mg; Żelazo: 11.40 mg; Witamina A: 1354.09 mg; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 129.31 mg; Witamina E: 8.45 mg; Sód: 3255.21 mg; Wapń: 1281.20 mg;

niedziela 2026-04-26 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, roszonek 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.90 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 83.27 g; Węglowodany ogółem: 289.41 g; Witamina B12: 4.04 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.03 g; suma cukrów prostych: 64.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.60 g; Magnez: 306.92 mg; Żelazo: 8.72 mg; Witamina A: 3639.00 mg; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 120.03 mg; Witamina E: 9.22 mg; Sód: 2284.44 mg; Wapń: 1150.73 mg;

niedziela 2026-04-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 90g , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2132.80 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 73.50 g; Węglowodany ogółem: 253.53 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.90 g; suma cukrów prostych: 54.75 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g; Magnez: 438.68 mg; Żelazo: 14.79 mg; Witamina A: 1624.02 mg; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 138.19 mg; Witamina E: 8.15 mg; Sód: 3670.18 mg; Wapń: 883.82 mg;

niedziela 2026-04-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt, pomidor malinowy 90g, szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa z bulgą tartą 150g (1), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.67 kcal; Białko ogółem: 109.70 g; Tłuszcz: 80.29 g; Węglowodany ogółem: 306.19 g; Witamina B12: 4.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.99 g; suma cukrów prostych: 68.66 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; Magnez: 414.48 mg; Żelazo: 11.50 mg; Witamina A: 1370.09 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 129.31 mg; Witamina E: 8.48 mg; Sód: 3293.21 mg; Wapń: 1384.20 mg;

niedziela 2026-04-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, roszonek 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.90 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 83.27 g; Węglowodany ogółem: 289.41 g; Witamina B12: 4.04 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.03 g; suma cukrów prostych: 64.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.60 g; Magnez: 306.92 mg; Żelazo: 8.72 mg; Witamina A: 3639.00 mg; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 120.03 mg; Witamina E: 9.22 mg; Sód: 2284.44 mg; Wapń: 1150.73 mg;

niedziela 2026-04-26 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, roszonek 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2000.15 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 53.69 g; Węglowodany ogółem: 285.39 g; Witamina B12: 3.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.48 g; suma cukrów prostych: 61.22 g; Błonnik pokarmowy: 23.59 g; Magnez: 308.37 mg; Żelazo: 8.70 mg; Witamina A: 1351.60 mg; Witamina B6: 2.80 mg; Witamina C: 152.58 mg; Witamina E: 7.11 mg; Sód: 2078.44 mg; Wapń: 1189.18 mg;

niedziela 2026-04-26			Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt, pomidor malinowy 90g, szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2), serek homo waniliowy 60g (2),		rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (1), Kompot b/c 300g,		chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,	
			Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.47 kcal; Białko ogółem: 116.38 g; Tłuszcz: 80.81 g; Węglowodany ogółem: 309.47 g; Witamina B12: 4.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.31 g; suma cukrów prostych: 72.30 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; Magnez: 409.28 mg; Żelazo: 11.52 mg; Witamina A: 1375.09 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 129.31 mg; Witamina E: 8.49 mg; Sód: 3279.21 mg; Wapń: 1332.20 mg;

niedziela 2026-04-26			Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),		rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (1), Kompot b/c 300g,		bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, roszonek 10g, pomidor malinowy 90g,	
			Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2183.07 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 73.59 g; Węglowodany ogółem: 283.58 g; Witamina B12: 3.04 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.00 g; suma cukrów prostych: 72.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g; Magnez: 297.48 mg; Żelazo: 9.72 mg; Witamina A: 1331.69 mg; Witamina B6: 2.70 mg; Witamina C: 150.31 mg; Witamina E: 9.19 mg; Sód: 1998.71 mg; Wapń: 822.90 mg;

niedziela 2026-04-26			Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g,		rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,		chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 90g , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, roszonek 10g,	
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),			Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2132.80 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 73.50 g; Węglowodany ogółem: 253.53 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.90 g; suma cukrów prostych: 54.75 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g; Magnez: 438.68 mg; Żelazo: 14.79 mg; Witamina A: 1624.02 mg; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 138.19 mg; Witamina E: 8.15 mg; Sód: 3670.18 mg; Wapń: 883.82 mg;

niedziela 2026-04-26			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Buraczki gotowane 100 g*(1,2),		herbata bez cukru 250ml, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g^, ziemniaki 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	
Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,			Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2206.56 kcal; Białko ogółem: 133.02 g; Tłuszcz: 109.82 g; Węglowodany ogółem: 175.17 g; Witamina B12: 6.03 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.27 g; suma cukrów prostych: 48.28 g; Błonnik pokarmowy: 17.80 g; Magnez: 359.44 mg; Żelazo: 12.57 mg; Witamina A: 3186.03 mg; Witamina B6: 3.70 mg; Witamina C: 89.48 mg; Witamina E: 6.55 mg; Sód: 1089.16 mg; Wapń: 983.39 mg;

niedziela 2026-04-26			Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,		rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,		masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, twarożek 50g(2)^, pomidor malinowy 90g, roszonek 10g,	
			Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2406.90 kcal; Białko ogółem: 126.41 g; Tłuszcz: 78.22 g; Węglowodany ogółem: 307.38 g; Witamina B12: 4.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; suma cukrów prostych: 83.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.70 g; Magnez: 310.62 mg; Żelazo: 8.82 mg; Witamina A: 3580.70 mg; Witamina B6: 2.88 mg; Witamina C: 120.73 mg; Witamina E: 9.10 mg; Sód: 1954.54 mg; Wapń: 1123.33 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-04-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), pasta jajeczna 60g (3,13,11)^, Banan 1 szt, rukola 10g, papryka świeża 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3232.79 kcal; Białko ogółem: 130.92 g; Tłuszcz: 105.58 g; Węglowodany ogółem: 439.20 g; Witamina B12: 6.13 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.61 g; suma cukrów prostych: 102.00 g; Błonnik pokarmowy: 42.34 g; Magnez: 537.17 mg; Żelazo: 19.64 mg; Witamina A: 1985.94 mg; Witamina B6: 4.76 mg; Witamina C: 261.76 mg; Witamina E: 17.88 mg; Sód: 3059.23 mg; Wapń: 986.93 mg;

poniedziałek 2026-04-27 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos grecki (1,2,13) 120 g, ziemniaki 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.74 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz: 75.73 g; Węglowodany ogółem: 346.94 g; Witamina B12: 4.40 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 102.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g; Magnez: 379.66 mg; Żelazo: 10.45 mg; Witamina A: 2349.02 mg; Witamina B6: 3.48 mg; Witamina C: 142.55 mg; Witamina E: 11.31 mg; Sód: 2588.90 mg; Wapń: 960.55 mg;

poniedziałek 2026-04-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka z ziarnami 70g (1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, papryka świeża 90g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidorki koktajlowe 90g, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.73 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 72.22 g; Węglowodany ogółem: 350.91 g; Witamina B12: 4.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.86 g; suma cukrów prostych: 100.95 g; Błonnik pokarmowy: 39.05 g; Magnez: 517.12 mg; Żelazo: 15.02 mg; Witamina A: 3311.84 mg; Witamina B6: 4.46 mg; Witamina C: 268.11 mg; Witamina E: 11.59 mg; Sód: 3783.28 mg; Wapń: 1024.93 mg;

poniedziałek 2026-04-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Banan 1 szt, rukola 10g, papryka świeża 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3255.51 kcal; Białko ogółem: 135.07 g; Tłuszcz: 103.62 g; Węglowodany ogółem: 445.09 g; Witamina B12: 6.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.52 g; suma cukrów prostych: 106.09 g; Błonnik pokarmowy: 42.25 g; Magnez: 552.34 mg; Żelazo: 19.61 mg; Witamina A: 1981.20 mg; Witamina B6: 4.82 mg; Witamina C: 259.21 mg; Witamina E: 16.81 mg; Sód: 3101.65 mg; Wapń: 1152.37 mg;

poniedziałek 2026-04-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos grecki (1,2,13) 120 g, ziemniaki 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.74 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz: 75.73 g; Węglowodany ogółem: 346.94 g; Witamina B12: 4.40 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 102.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g; Magnez: 379.66 mg; Żelazo: 10.45 mg; Witamina A: 2349.02 mg; Witamina B6: 3.48 mg; Witamina C: 142.55 mg; Witamina E: 11.31 mg; Sód: 2588.90 mg; Wapń: 960.55 mg;

poniedziałek 2026-04-27 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos grecki (1,2,13) 120 g , ziemniaki 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , pomidor malinowy 90g, Mix салат 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.14 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 56.87 g; Węglowodany ogółem: 347.23 g; Witamina B12: 4.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.53 g; suma cukrów prostych: 102.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g; Magnez: 371.76 mg; Żelazo: 9.66 mg; Witamina A: 2266.42 mg; Witamina B6: 3.37 mg; Witamina C: 142.55 mg; Witamina E: 10.80 mg; Sód: 2545.80 mg; Wapń: 949.95 mg;

poniedziałek 2026-04-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix салат 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3244.51 kcal; Białko ogółem: 140.67 g; Tłuszcz: 101.87 g; Węglowodany ogółem: 440.64 g; Witamina B12: 6.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.47 g; suma cukrów prostych: 103.44 g; Błonnik pokarmowy: 42.25 g; Magnez: 539.84 mg; Żelazo: 19.61 mg; Witamina A: 1967.70 mg; Witamina B6: 4.80 mg; Witamina C: 258.21 mg; Witamina E: 16.78 mg; Sód: 3059.15 mg; Wapń: 1030.37 mg;

poniedziałek 2026-04-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Banan 1 szt, ser capresi 40g (2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix салат 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2926.21 kcal; Białko ogółem: 119.13 g; Tłuszcz: 111.07 g; Węglowodany ogółem: 361.06 g; Witamina B12: 5.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.40 g; suma cukrów prostych: 88.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g; Magnez: 421.44 mg; Żelazo: 16.74 mg; Witamina A: 1660.10 mg; Witamina B6: 4.14 mg; Witamina C: 146.31 mg; Witamina E: 15.32 mg; Sód: 2663.55 mg; Wapń: 848.37 mg;

poniedziałek 2026-04-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka z ziarnami 70g (1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.03 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 71.69 g; Węglowodany ogółem: 342.93 g; Witamina B12: 4.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.75 g; suma cukrów prostych: 95.69 g; Błonnik pokarmowy: 36.57 g; Magnez: 504.02 mg; Żelazo: 14.28 mg; Witamina A: 2793.84 mg; Witamina B6: 3.99 mg; Witamina C: 129.31 mg; Witamina E: 8.49 mg; Sód: 3777.38 mg; Wapń: 1009.63 mg;

poniedziałek 2026-04-27 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, ziemniaki 100g, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 250ml (2,13), herbata bez cukru 250ml, ziemniaki 100g, brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2130.46 kcal; Białko ogółem: 127.51 g; Tłuszcz: 83.29 g; Węglowodany ogółem: 228.48 g; Witamina B12: 4.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.75 g; suma cukrów prostych: 53.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.33 g; Magnez: 395.77 mg; Żelazo: 10.14 mg; Witamina A: 1712.95 mg; Witamina B6: 4.22 mg; Witamina C: 178.52 mg; Witamina E: 7.37 mg; Sód: 1880.71 mg; Wapń: 1054.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-04-27		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Szynka Ojca Grzegorza 50g, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	bulka wroclawska 100g (1)^, maslo 15g*(2), herbata 1 torebka, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix salat 10g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2592.75 kcal; Białko ogółem: 118.62 g; Tłuszcz: 80.97 g; Węglowodany ogółem: 351.06 g; Witamina B12: 4.93 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.15 g; suma cukrów prostych: 105.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g; Magnez: 405.67 mg; Żelazo: 12.09 mg; Witamina A: 2763.74 mg; Witamina B6: 3.83 mg; Witamina C: 148.79 mg; Witamina E: 9.45 mg; Sód: 3362.40 mg; Wapń: 995.75 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-04-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , jabłko deserowe 1szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada wieprzowa 100g (1,3,13), kasza bulgur 200g , Sos pieczarkowy 100 ml (1,2), sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2423.98 kcal; Białko ogółem: 129.73 g; Tłuszcz: 65.96 g; Węglowodany ogółem: 329.20 g; Witamina B12: 4.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.29 g; suma cukrów prostych: 81.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g; Magnez: 318.83 mg; Żelazo: 10.98 mg; Witamina A: 1031.55 mg; Witamina B6: 2.50 mg; Witamina C: 174.06 mg; Witamina E: 8.52 mg; Sód: 2492.54 mg; Wapń: 1084.43 mg;

wtorek 2026-04-28 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), kasza bulgur 200g , Kompot b/c 300g, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.53 kcal; Białko ogółem: 127.14 g; Tłuszcz: 66.91 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; Witamina B12: 3.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.84 g; suma cukrów prostych: 81.70 g; Błonnik pokarmowy: 22.54 g; Magnez: 265.25 mg; Żelazo: 8.15 mg; Witamina A: 3016.05 mg; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 95.69 mg; Witamina E: 8.78 mg; Sód: 1958.25 mg; Wapń: 986.12 mg;

wtorek 2026-04-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1szt, szynka piastowska 40g (8), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), kasza bulgur 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , twaróg krajanka 50g(2), herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2187.73 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 63.52 g; Węglowodany ogółem: 292.42 g; Witamina B12: 4.73 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.09 g; suma cukrów prostych: 57.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g; Magnez: 348.45 mg; Żelazo: 12.23 mg; Witamina A: 3011.45 mg; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 89.83 mg; Witamina E: 7.78 mg; Sód: 2014.75 mg; Wapń: 963.42 mg;

wtorek 2026-04-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , jabłko deserowe 1szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada wieprzowa 100g (1,3,13), Sos pieczarkowy 100 ml (1,2), kasza bulgur 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2501.98 kcal; Białko ogółem: 131.33 g; Tłuszcz: 66.60 g; Węglowodany ogółem: 345.40 g; Witamina B12: 4.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.29 g; suma cukrów prostych: 81.68 g; Błonnik pokarmowy: 33.02 g; Magnez: 318.83 mg; Żelazo: 10.98 mg; Witamina A: 1031.55 mg; Witamina B6: 2.50 mg; Witamina C: 174.06 mg; Witamina E: 8.52 mg; Sód: 2492.54 mg; Wapń: 1084.43 mg;

wtorek 2026-04-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), kasza bulgur 200g , Kompot b/c 300g, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.53 kcal; Białko ogółem: 127.14 g; Tłuszcz: 66.91 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; Witamina B12: 3.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.84 g; suma cukrów prostych: 81.70 g; Błonnik pokarmowy: 22.54 g; Magnez: 265.25 mg; Żelazo: 8.15 mg; Witamina A: 3016.05 mg; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 95.69 mg; Witamina E: 8.78 mg; Sód: 1958.25 mg; Wapń: 986.12 mg;

wtorek 2026-04-28 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), kasza bulgur 200g , Kompot b/c 300g, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarówek 50g(2)^, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.73 kcal; Białko ogółem: 127.07 g; Tłuszcz: 58.66 g; Węglowodany ogółem: 317.02 g; Witamina B12: 3.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.37 g; suma cukrów prostych: 81.64 g; Błonnik pokarmowy: 22.54 g; Magnez: 265.15 mg; Żelazo: 8.14 mg; Witamina A: 2934.65 mg; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 95.69 mg; Witamina E: 8.53 mg; Sód: 1957.35 mg; Wapń: 984.52 mg;

wtorek 2026-04-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A , Rolada wieprzowa 100g (1,3,13), kasza bulgur 200g , sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.98 kcal; Białko ogółem: 134.13 g; Tłuszcz: 75.16 g; Węglowodany ogółem: 330.68 g; Witamina B12: 4.82 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.69 g; suma cukrów prostych: 81.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g; Magnez: 327.63 mg; Żelazo: 11.18 mg; Witamina A: 1124.35 mg; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 174.06 mg; Witamina E: 8.72 mg; Sód: 2878.94 mg; Wapń: 1238.83 mg;

wtorek 2026-04-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), chleb graham 30g (1), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser żółty 20g. (2), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A , Rolada wieprzowa 100g (1,3,13), kasza bulgur 200g , sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2),	bulka wroclawska 100g (1) ^A , masło 15g*(2), twarówek 50g(2) ^A , roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2175.48 kcal; Białko ogółem: 115.53 g; Tłuszcz: 67.83 g; Węglowodany ogółem: 276.87 g; Witamina B12: 3.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.11 g; suma cukrów prostych: 55.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.00 g; Magnez: 287.23 mg; Żelazo: 9.78 mg; Witamina A: 1193.35 mg; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 176.52 mg; Witamina E: 9.98 mg; Sód: 2372.24 mg; Wapń: 1116.13 mg;

wtorek 2026-04-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1szt, szynka piastowska 40g (8), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A , Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), kasza bulgur 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , twaróg krajanka 50g(2), herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Waffle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2187.73 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 63.52 g; Węglowodany ogółem: 292.42 g; Witamina B12: 4.73 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.09 g; suma cukrów prostych: 57.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g; Magnez: 348.45 mg; Żelazo: 12.23 mg; Witamina A: 3011.45 mg; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 89.83 mg; Witamina E: 7.78 mg; Sód: 2014.75 mg; Wapń: 963.42 mg;

wtorek 2026-04-28 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Szpinakowa z ziemniakami 250ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 100g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Grysikowa 350ml*(1,8,13), jarzynka gotowana 100g(13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2209.43 kcal; Białko ogółem: 143.67 g; Tłuszcz: 105.95 g; Węglowodany ogółem: 170.11 g; Witamina B12: 6.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.30 g; suma cukrów prostych: 65.57 g; Błonnik pokarmowy: 16.90 g; Magnez: 362.78 mg; Żelazo: 12.56 mg; Witamina A: 2573.64 mg; Witamina B6: 3.21 mg; Witamina C: 129.46 mg; Witamina E: 9.67 mg; Sód: 1357.78 mg; Wapń: 898.15 mg;

wtorek 2026-04-28 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bulka wroclawska 100g (1) ^A , kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser capresi 40g (2), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A , Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), kasza bulgur 200g , Kompot b/c 300g, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bulka wroclawska 100g (1) ^A , twaróg krajanka 50g(2), roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2611.53 kcal; Białko ogółem: 138.54 g; Tłuszcz: 85.81 g; Węglowodany ogółem: 319.17 g; Witamina B12: 5.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.24 g; suma cukrów prostych: 81.74 g; Błonnik pokarmowy: 22.54 g; Magnez: 286.05 mg; Żelazo: 10.55 mg; Witamina A: 3380.85 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 95.69 mg; Witamina E: 9.71 mg; Sód: 2485.65 mg; Wapń: 1187.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-04-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, jabłko deserowe 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, surówka z selera z brzosk. 150g+(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.38 kcal; Białko ogółem: 111.52 g; Tłuszcz: 65.92 g; Węglowodany ogółem: 293.03 g; Witamina B12: 6.75 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.26 g; suma cukrów prostych: 78.60 g; Błonnik pokarmowy: 32.73 g; Magnez: 442.16 mg; Żelazo: 13.06 mg; Witamina A: 1370.20 mg; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 247.62 mg; Witamina E: 9.24 mg; Sód: 2370.97 mg; Wapń: 1251.03 mg;

środa 2026-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), ziemniaki 200g*, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2217.78 kcal; Białko ogółem: 96.90 g; Tłuszcz: 70.35 g; Węglowodany ogółem: 310.55 g; Witamina B12: 6.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.87 g; suma cukrów prostych: 105.95 g; Błonnik pokarmowy: 22.42 g; Magnez: 391.16 mg; Żelazo: 11.70 mg; Witamina A: 1561.20 mg; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 149.22 mg; Witamina E: 10.79 mg; Sód: 2368.97 mg; Wapń: 970.33 mg;

środa 2026-04-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2268.43 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 71.78 g; Węglowodany ogółem: 254.90 g; Witamina B12: 6.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.35 g; suma cukrów prostych: 69.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.89 g; Magnez: 454.57 mg; Żelazo: 13.60 mg; Witamina A: 1571.82 mg; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 256.53 mg; Witamina E: 9.67 mg; Sód: 2957.51 mg; Wapń: 1320.38 mg;

środa 2026-04-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, jabłko deserowe 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, surówka z selera z brzosk. 150g+(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.38 kcal; Białko ogółem: 115.82 g; Tłuszcz: 67.92 g; Węglowodany ogółem: 299.23 g; Witamina B12: 7.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.45 g; suma cukrów prostych: 82.80 g; Błonnik pokarmowy: 32.73 g; Magnez: 459.16 mg; Żelazo: 13.16 mg; Witamina A: 1386.20 mg; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 248.62 mg; Witamina E: 9.27 mg; Sód: 2433.97 mg; Wapń: 1421.03 mg;

środa 2026-04-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), ziemniaki 200g*, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2217.78 kcal; Białko ogółem: 96.90 g; Tłuszcz: 70.35 g; Węglowodany ogółem: 310.55 g; Witamina B12: 6.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.87 g; suma cukrów prostych: 105.95 g; Błonnik pokarmowy: 22.42 g; Magnez: 391.16 mg; Żelazo: 11.70 mg; Witamina A: 1561.20 mg; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 149.22 mg; Witamina E: 10.79 mg; Sód: 2368.97 mg; Wapń: 970.33 mg;

środa 2026-04-29 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), bulka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), ziemniaki 200g*, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Masło 10g(2), bulka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2076.78 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 51.55 g; Węglowodany ogółem: 310.79 g; Witamina B12: 6.52 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.89 g; suma cukrów prostych: 102.85 g; Błonnik pokarmowy: 22.42 g; Magnez: 383.56 mg; Żelazo: 11.49 mg; Witamina A: 939.30 mg; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 149.22 mg; Witamina E: 8.83 mg; Sód: 1794.57 mg; Wapń: 934.23 mg;

środa 2026-04-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, serek tartare 2 szt. (40g), jabłko deserowe 1szt, papryka świeża 90g , roszponka 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, surówka z selera z brzosk. 150g+(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.18 kcal; Białko ogółem: 113.53 g; Tłuszcz: 73.12 g; Węglowodany ogółem: 293.99 g; Witamina B12: 7.14 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.36 g; suma cukrów prostych: 81.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.73 g; Magnez: 450.16 mg; Żelazo: 13.26 mg; Witamina A: 1732.20 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 247.62 mg; Witamina E: 10.38 mg; Sód: 2766.97 mg; Wapń: 1306.03 mg;

środa 2026-04-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bulka wrocławska 100g (1)^, filet pieczony z indyka 30g , Banan 1 szt, Serek fromage 80g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 90g, roszponka 10g,	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, surówka z selera z brzosk. 150g+(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	bulka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2629.18 kcal; Białko ogółem: 110.44 g; Tłuszcz: 101.14 g; Węglowodany ogółem: 291.21 g; Witamina B12: 6.42 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.90 g; suma cukrów prostych: 92.78 g; Błonnik pokarmowy: 24.66 g; Magnez: 402.86 mg; Żelazo: 11.11 mg; Witamina A: 1413.60 mg; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 148.02 mg; Witamina E: 9.64 mg; Sód: 2307.87 mg; Wapń: 1062.93 mg;

środa 2026-04-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g (2), jabłko deserowe 1szt, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2530.43 kcal; Białko ogółem: 116.42 g; Tłuszcz: 97.78 g; Węglowodany ogółem: 257.42 g; Witamina B12: 6.92 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.71 g; suma cukrów prostych: 71.29 g; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; Magnez: 454.77 mg; Żelazo: 13.60 mg; Witamina A: 1823.02 mg; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 257.33 mg; Witamina E: 10.55 mg; Sód: 2950.11 mg; Wapń: 1219.98 mg;

środa 2026-04-29 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Kalafiorowa z ziemniakami 200ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Masło 5g(2), ziemniaki 100g, Buraczki gotowane 100g^, Sos koperkowy 100g (1,2),	Grycikowa 200ml (1,8,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 100g, Masło 5g(2),
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami dieta 200ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.23 kcal; Białko ogółem: 118.26 g; Tłuszcz: 101.81 g; Węglowodany ogółem: 240.86 g; Witamina B12: 6.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.11 g; suma cukrów prostych: 81.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.14 g; Magnez: 421.57 mg; Żelazo: 13.93 mg; Witamina A: 1661.34 mg; Witamina B6: 3.66 mg; Witamina C: 203.45 mg; Witamina E: 8.95 mg; Sód: 1864.83 mg; Wapń: 1239.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-04-29		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), serek tartare 2 szt. (40g), rosłonka 10g, pomidor malinowy 90g,	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), ziemniaki 200g*, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2346.08 kcal; Białko ogółem: 105.41 g; Tłuszcz: 79.50 g; Węglowodany ogółem: 313.16 g; Witamina B12: 7.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.97 g; suma cukrów prostych: 109.01 g; Błonnik pokarmowy: 22.42 g; Magnez: 399.16 mg; Żelazo: 11.90 mg; Witamina A: 1923.20 mg; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 149.22 mg; Witamina E: 11.93 mg; Sód: 2764.97 mg; Wapń: 1025.33 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-04-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), szynkowa dębowa 50g ^, gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza gryczana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2801.49 kcal; Białko ogółem: 121.20 g; Tłuszcz: 87.11 g; Węglowodany ogółem: 326.47 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.80 g; suma cukrów prostych: 82.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.35 g; Magnez: 432.79 mg; Żelazo: 12.56 mg; Witamina A: 902.87 mg; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 63.18 mg; Witamina E: 10.00 mg; Sód: 3933.94 mg; Wapń: 892.37 mg;

czwartek 2026-04-30 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbasa szynkowa dębowa 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2311.01 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; Tłuszcz: 80.81 g; Węglowodany ogółem: 279.48 g; Witamina B12: 3.27 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.33 g; suma cukrów prostych: 78.54 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; Magnez: 242.67 mg; Żelazo: 10.10 mg; Witamina A: 1158.80 mg; Witamina B6: 1.74 mg; Witamina C: 109.12 mg; Witamina E: 8.23 mg; Sód: 2439.62 mg; Wapń: 872.92 mg;

czwartek 2026-04-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt., kielbasa szynkowa dębowa 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza gryczana 200 g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2539.66 kcal; Białko ogółem: 119.72 g; Tłuszcz: 84.97 g; Węglowodany ogółem: 291.23 g; Witamina B12: 2.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 69.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.80 g; Magnez: 450.27 mg; Żelazo: 13.82 mg; Witamina A: 899.53 mg; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 62.88 mg; Witamina E: 9.40 mg; Sód: 4116.07 mg; Wapń: 809.37 mg;

czwartek 2026-04-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), szynkowa dębowa 50g ^, gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza gryczana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2914.29 kcal; Białko ogółem: 124.50 g; Tłuszcz: 88.46 g; Węglowodany ogółem: 348.07 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.37 g; suma cukrów prostych: 83.08 g; Błonnik pokarmowy: 32.92 g; Magnez: 432.79 mg; Żelazo: 12.56 mg; Witamina A: 902.87 mg; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 63.18 mg; Witamina E: 10.00 mg; Sód: 3933.94 mg; Wapń: 892.37 mg;

czwartek 2026-04-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbasa szynkowa dębowa 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2311.01 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; Tłuszcz: 80.81 g; Węglowodany ogółem: 279.48 g; Witamina B12: 3.27 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.33 g; suma cukrów prostych: 78.54 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; Magnez: 242.67 mg; Żelazo: 10.10 mg; Witamina A: 1158.80 mg; Witamina B6: 1.74 mg; Witamina C: 109.12 mg; Witamina E: 8.23 mg; Sód: 2439.62 mg; Wapń: 872.92 mg;

czwartek 2026-04-30 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbasa szynkowa dębowa 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*
--	--	-------------------------------------

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2087.11 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 54.27 g; Węglowodany ogółem: 279.53 g; Witamina B12: 3.00 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.51 g; suma cukrów prostych: 78.48 g; Błonnik pokarmowy: 19.81 g; Magnez: 237.77 mg; Żelazo: 9.43 mg; Witamina A: 1076.20 mg; Witamina B6: 1.67 mg; Witamina C: 109.12 mg; Witamina E: 7.77 mg; Sód: 2011.52 mg; Wapń: 865.92 mg;

czwartek 2026-04-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), szynkowa dębowa 50g ^, gruszka 1 szt., Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, Ser żółty 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza gryczana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2935.09 kcal; Białko ogółem: 131.20 g; Tłuszcz: 97.51 g; Węglowodany ogółem: 326.51 g; Witamina B12: 3.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.00 g; suma cukrów prostych: 82.55 g; Błonnik pokarmowy: 32.35 g; Magnez: 445.19 mg; Żelazo: 12.84 mg; Witamina A: 1013.27 mg; Witamina B6: 2.20 mg; Witamina C: 63.18 mg; Witamina E: 10.15 mg; Sód: 4161.94 mg; Wapń: 1215.17 mg;

czwartek 2026-04-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, ser żółty 20g. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza gryczana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , roszonek 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.79 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 92.97 g; Węglowodany ogółem: 240.37 g; Witamina B12: 2.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.25 g; suma cukrów prostych: 65.51 g; Błonnik pokarmowy: 22.17 g; Magnez: 278.49 mg; Żelazo: 9.31 mg; Witamina A: 1016.07 mg; Witamina B6: 1.90 mg; Witamina C: 86.68 mg; Witamina E: 10.23 mg; Sód: 2677.44 mg; Wapń: 803.87 mg;

czwartek 2026-04-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt., kielbasa szynkowa dębowa 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza gryczana 200 g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Biskopty bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2539.66 kcal; Białko ogółem: 119.72 g; Tłuszcz: 84.97 g; Węglowodany ogółem: 291.23 g; Witamina B12: 2.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 69.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.80 g; Magnez: 450.27 mg; Żelazo: 13.82 mg; Witamina A: 899.53 mg; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 62.88 mg; Witamina E: 9.40 mg; Sód: 4116.07 mg; Wapń: 809.37 mg;

czwartek 2026-04-30 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	tomidorowa z makaronem350ml(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 100g, Marchew gotowana 100 g, Masło 10g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Ryżowa 350ml(8,13), brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.97 kcal; Białko ogółem: 123.48 g; Tłuszcz: 115.20 g; Węglowodany ogółem: 180.40 g; Witamina B12: 5.28 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.53 g; suma cukrów prostych: 67.45 g; Błonnik pokarmowy: 14.71 g; Magnez: 303.96 mg; Żelazo: 10.18 mg; Witamina A: 3285.70 mg; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 116.54 mg; Witamina E: 9.09 mg; Sód: 1294.72 mg; Wapń: 769.08 mg;

czwartek 2026-04-30 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbasa szynkowa dębowa 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), twaróg krajanka 50g(2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówki z fileta indyka 2szt. , roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2555.61 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 99.90 g; Węglowodany ogółem: 281.41 g; Witamina B12: 4.00 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.81 g; suma cukrów prostych: 80.09 g; Błonnik pokarmowy: 19.93 g; Magnez: 251.97 mg; Żelazo: 10.86 mg; Witamina A: 1162.50 mg; Witamina B6: 1.84 mg; Witamina C: 109.12 mg; Witamina E: 8.45 mg; Sód: 2887.32 mg; Wapń: 926.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....