

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), schab Grzegorza 50g, rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g, jabłko deserowe 1szt. 150g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie curry 100g(1,13), ryż brązowy gotowany 200g, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt., pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2518.95 kcal; Białko ogółem: 125.30 g; Tłuszcz: 90.17 g; Węglowodany ogółem: 301.00 g; Witamina B12: 3.84 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.99 g; suma cukrów prostych: 77.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; Magnez: 367.90 mg; Żelazo: 10.95 mg; Witamina A: 1385.50 mg; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 233.54 mg; Witamina E: 12.82 mg; Sód: 2450.50 mg; Wapń: 978.34 mg;

poniedziałek 2026-06-01 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g, jabłko deserowe 1szt. 150g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wt. 80ml(1,13), Ryż biały gotowany 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt., pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2592.91 kcal; Białko ogółem: 127.08 g; Tłuszcz: 91.45 g; Węglowodany ogółem: 320.64 g; Witamina B12: 3.84 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.02 g; suma cukrów prostych: 83.52 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g; Magnez: 281.10 mg; Żelazo: 8.82 mg; Witamina A: 963.40 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 106.69 mg; Witamina E: 10.86 mg; Sód: 2308.90 mg; Wapń: 925.35 mg;

poniedziałek 2026-06-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), schab Grzegorza 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g, jabłko deserowe 1szt. 150g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wt. 80ml(1,13), ryż brązowy gotowany 200g, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, parówka z fileta indyka 1szt., herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2495.97 kcal; Białko ogółem: 129.66 g; Tłuszcz: 94.11 g; Węglowodany ogółem: 281.34 g; Witamina B12: 4.04 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.75 g; suma cukrów prostych: 64.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.44 g; Magnez: 437.90 mg; Żelazo: 13.13 mg; Witamina A: 1360.80 mg; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 221.67 mg; Witamina E: 13.18 mg; Sód: 3162.94 mg; Wapń: 1072.72 mg;

poniedziałek 2026-06-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), schab Grzegorza 50g, rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g, jabłko deserowe 1szt. 150g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie curry 100g(1,13), ryż brązowy gotowany 200g, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt., ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2578.95 kcal; Białko ogółem: 129.60 g; Tłuszcz: 92.17 g; Węglowodany ogółem: 307.20 g; Witamina B12: 4.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.18 g; suma cukrów prostych: 82.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; Magnez: 384.90 mg; Żelazo: 11.05 mg; Witamina A: 1401.50 mg; Witamina B6: 3.24 mg; Witamina C: 234.54 mg; Witamina E: 12.85 mg; Sód: 2513.50 mg; Wapń: 1148.34 mg;

poniedziałek 2026-06-01 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, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g, jabłko deserowe 1szt. 150g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wt. 80ml(1,13), Ryż biały gotowany 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt., pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2592.91 kcal; Białko ogółem: 127.08 g; Tłuszcz: 91.45 g; Węglowodany ogółem: 320.64 g; Witamina B12: 3.84 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.02 g; suma cukrów prostych: 83.52 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g; Magnez: 281.10 mg; Żelazo: 8.82 mg; Witamina A: 963.40 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 106.69 mg; Witamina E: 10.86 mg; Sód: 2308.90 mg; Wapń: 925.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-06-01		
Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g, jabłko deserowe 1szt. 150g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, Ryż biały gotowany 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g, pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2257.39 kcal; Białko ogółem: 129.64 g; Tłuszcz: 54.73 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Witamina B12: 3.56 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.47 g; suma cukrów prostych: 83.59 g; Błonnik pokarmowy: 22.90 g; Magnez: 271.65 mg; Żelazo: 8.06 mg; Witamina A: 877.90 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 106.66 mg; Witamina E: 7.69 mg; Sód: 1762.06 mg; Wapń: 915.92 mg;

poniedziałek 2026-06-01		
Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), schab Grzegorza 50g, schab Grzegorza 50g, rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g, jabłko deserowe 1szt. 150g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie curry 100g(1,13), ryż brązowy gotowany 200g, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt., ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2575.45 kcal; Białko ogółem: 135.30 g; Tłuszcz: 91.72 g; Węglowodany ogółem: 301.55 g; Witamina B12: 3.84 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.74 g; suma cukrów prostych: 77.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; Magnez: 367.90 mg; Żelazo: 10.95 mg; Witamina A: 1385.50 mg; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 233.54 mg; Witamina E: 12.82 mg; Sód: 2450.50 mg; Wapń: 978.34 mg;

poniedziałek 2026-06-01		
Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g, ser żółty 20g. (2), rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g, jabłko deserowe 1szt. 150g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie curry 100g(1,13), ryż brązowy gotowany 200g, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt., pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.75 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; Tłuszcz: 97.31 g; Węglowodany ogółem: 261.07 g; Witamina B12: 3.48 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.71 g; suma cukrów prostych: 67.06 g; Błonnik pokarmowy: 20.67 g; Magnez: 297.80 mg; Żelazo: 9.76 mg; Witamina A: 1042.80 mg; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 121.64 mg; Witamina E: 11.85 mg; Sód: 2108.00 mg; Wapń: 868.74 mg;

poniedziałek 2026-06-01		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), schab Grzegorza 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g, mus warzywno-owocowy 100g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), ryż brązowy gotowany 200g, sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, parówka z fileta indyka 1szt., herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2472.47 kcal; Białko ogółem: 128.70 g; Tłuszcz: 88.99 g; Węglowodany ogółem: 286.96 g; Witamina B12: 4.04 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.37 g; suma cukrów prostych: 67.93 g; Błonnik pokarmowy: 36.06 g; Magnez: 429.40 mg; Żelazo: 11.98 mg; Witamina A: 1268.70 mg; Witamina B6: 3.40 mg; Witamina C: 208.89 mg; Witamina E: 11.51 mg; Sód: 2901.04 mg; Wapń: 1034.93 mg;

poniedziałek 2026-06-01		
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.,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Masło 5g(2),	Ryżowa 400ml* (8,13), herbata bez cukru 250ml, brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2252.63 kcal; Białko ogółem: 156.41 g; Tłuszcz: 92.66 g; Węglowodany ogółem: 202.86 g; Witamina B12: 5.75 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.14 g; suma cukrów prostych: 64.32 g; Błonnik pokarmowy: 17.17 g; Magnez: 383.41 mg; Żelazo: 10.36 mg; Witamina A: 1873.29 mg; Witamina B6: 3.97 mg; Witamina C: 165.61 mg; Witamina E: 7.38 mg; Sód: 1704.38 mg; Wapń: 1160.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-06-01		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), schab Grzegorza 50g , rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , jabłko deserowe 1szt. 150g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wt. 80ml(1,13), Ryż biały gotowany 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), herbata 1 torebka, parówka z fileta indyka 1szt. , parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor malinowy 90g, Mix salat 10g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2928.51 kcal; Białko ogółem: 140.38 g; Tłuszcz: 119.99 g; Węglowodany ogółem: 321.42 g; Witamina B12: 5.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.37 g; suma cukrów prostych: 83.52 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g; Magnez: 297.90 mg; Żelazo: 11.68 mg; Witamina A: 1236.60 mg; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 106.69 mg; Witamina E: 11.80 mg; Sód: 2877.10 mg; Wapń: 977.75 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-02 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), Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt 200g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Kapuśniak z kapusty kisz 400ml (1,13)*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g, Sos grecki (1,2,13) 120 g ,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.38 kcal; Białko ogółem: 107.99 g; Tłuszcz: 86.07 g; Węglowodany ogółem: 347.78 g; Witamina B12: 7.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.71 g; suma cukrów prostych: 95.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g; Magnez: 459.83 mg; Żelazo: 13.75 mg; Witamina A: 1735.58 mg; Witamina B6: 3.51 mg; Witamina C: 134.38 mg; Witamina E: 11.16 mg; Sód: 2897.88 mg; Wapń: 1002.67 mg;

wtorek 2026-06-02 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Filet pieczony z indyka 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Sos grecki (1,2,13) 120 g ,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2532.88 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 88.50 g; Węglowodany ogółem: 328.72 g; Witamina B12: 7.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.89 g; suma cukrów prostych: 107.19 g; Błonnik pokarmowy: 18.30 g; Magnez: 328.26 mg; Żelazo: 11.18 mg; Witamina A: 1936.27 mg; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 107.31 mg; Witamina E: 12.09 mg; Sód: 2281.98 mg; Wapń: 953.91 mg;

wtorek 2026-06-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), serek tartare 2 szt. (40g), Banan 1 szt 200g, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Kapuśniak z kapusty kisz 400ml (1,13)*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g, Sos grecki (1,2,13) 120 g ,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2489.48 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 84.10 g; Węglowodany ogółem: 319.98 g; Witamina B12: 7.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.54 g; suma cukrów prostych: 79.37 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; Magnez: 473.33 mg; Żelazo: 14.02 mg; Witamina A: 1991.58 mg; Witamina B6: 3.50 mg; Witamina C: 132.38 mg; Witamina E: 11.23 mg; Sód: 3024.28 mg; Wapń: 852.07 mg;

wtorek 2026-06-02 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), Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt 200g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Kapuśniak z kapusty kisz 400ml (1,13)*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g, Sos grecki (1,2,13) 120 g ,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2690.38 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 86.71 g; Węglowodany ogółem: 363.98 g; Witamina B12: 7.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.71 g; suma cukrów prostych: 95.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.34 g; Magnez: 459.83 mg; Żelazo: 13.75 mg; Witamina A: 1735.58 mg; Witamina B6: 3.51 mg; Witamina C: 134.38 mg; Witamina E: 11.16 mg; Sód: 2897.88 mg; Wapń: 1002.67 mg;

wtorek 2026-06-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Filet pieczony z indyka 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2), Sos grecki (1,2,13) 120 g ,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2367.08 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 70.80 g; Węglowodany ogółem: 329.80 g; Witamina B12: 6.68 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.56 g; suma cukrów prostych: 108.68 g; Błonnik pokarmowy: 18.30 g; Magnez: 320.66 mg; Żelazo: 9.07 mg; Witamina A: 1585.37 mg; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 107.31 mg; Witamina E: 11.11 mg; Sód: 2160.58 mg; Wapń: 953.31 mg;

wtorek 2026-06-02 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Filet pieczony z indyka 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2163.64 kcal; Białko ogółem: 98.85 g; Tłuszcz: 60.22 g; Węglowodany ogółem: 307.53 g; Witamina B12: 8.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.25 g; suma cukrów prostych: 104.12 g; Błonnik pokarmowy: 14.74 g; Magnez: 318.97 mg; Żelazo: 10.46 mg; Witamina A: 1291.20 mg; Witamina B6: 2.24 mg; Witamina C: 99.59 mg; Witamina E: 8.23 mg; Sód: 1885.09 mg; Wapń: 1045.49 mg;

wtorek 2026-06-02 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), Filet pieczony z indyka 50g, serek tartare 2 szt. (40g), Banan 1 szt 200g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Kapuśniak z kapusty kisz 400ml (1,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g, Sos grecki (1,2,13) 120 g ,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rosztponka 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2689.18 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; Tłuszcz: 93.27 g; Węglowodany ogółem: 348.74 g; Witamina B12: 8.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.81 g; suma cukrów prostych: 98.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g; Magnez: 467.83 mg; Żelazo: 13.95 mg; Witamina A: 2097.58 mg; Witamina B6: 3.56 mg; Witamina C: 134.38 mg; Witamina E: 12.30 mg; Sód: 3293.88 mg; Wapń: 1057.67 mg;

wtorek 2026-06-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), Filet pieczony z indyka 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, miód 1 szt.(25g), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Kapuśniak z kapusty kisz 400ml (1,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g, Sos grecki (1,2,13) 120 g ,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), pasta jajeczna 60g (3,13,11)^, rosztponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2449.56 kcal; Białko ogółem: 100.06 g; Tłuszcz: 97.43 g; Węglowodany ogółem: 290.86 g; Witamina B12: 7.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.56 g; suma cukrów prostych: 79.86 g; Błonnik pokarmowy: 19.50 g; Magnez: 331.11 mg; Żelazo: 11.68 mg; Witamina A: 2144.62 mg; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 115.55 mg; Witamina E: 13.87 mg; Sód: 2914.01 mg; Wapń: 826.88 mg;

wtorek 2026-06-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), serek tartare 2 szt. (40g), Banan 1 szt 200g, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g, Sos grecki (1,2,13) 120 g ,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), herbata 1 torebka, rosztponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.98 kcal; Białko ogółem: 98.09 g; Tłuszcz: 82.27 g; Węglowodany ogółem: 307.40 g; Witamina B12: 7.48 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.85 g; suma cukrów prostych: 80.10 g; Błonnik pokarmowy: 28.98 g; Magnez: 458.56 mg; Żelazo: 13.34 mg; Witamina A: 2106.97 mg; Witamina B6: 3.20 mg; Witamina C: 125.35 mg; Witamina E: 11.47 mg; Sód: 2734.48 mg; Wapń: 846.21 mg;

wtorek 2026-06-02 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Ryż na ml, jajo.masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Marchew gotowana 100 g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Gryskowa 350ml*(1,8,13), Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,
Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.38 kcal; Białko ogółem: 140.23 g; Tłuszcz: 93.79 g; Węglowodany ogółem: 193.41 g; Witamina B12: 6.14 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.33 g; suma cukrów prostych: 59.99 g; Błonnik pokarmowy: 18.31 g; Magnez: 344.12 mg; Żelazo: 11.05 mg; Witamina A: 3953.39 mg; Witamina B6: 3.57 mg; Witamina C: 78.93 mg; Witamina E: 7.16 mg; Sód: 1522.21 mg; Wapń: 967.19 mg;

wtorek 2026-06-02 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), Filet pieczony z indyka 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser capresi 40g (2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2), Sos grecki (1,2,13) 120 g ,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek 50g(2)^, rosztponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2607.48 kcal; Białko ogółem: 109.69 g; Tłuszcz: 94.85 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; Witamina B12: 7.12 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.26 g; suma cukrów prostych: 107.52 g; Błonnik pokarmowy: 17.35 g; Magnez: 321.61 mg; Żelazo: 9.18 mg; Witamina A: 1680.07 mg; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 96.89 mg; Witamina E: 11.36 mg; Sód: 2834.98 mg; Wapń: 1092.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), szynkowa dębowa 50g ^, jabłko deserowe 1szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), stek wieprzowy mielony z cebulką 100g (1,2,3), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z czerwonej kapusty 150g, 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: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2548.98 kcal; Białko ogółem: 110.27 g; Tłuszcz: 82.05 g; Węglowodany ogółem: 346.24 g; Witamina B12: 4.17 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.53 g; suma cukrów prostych: 77.42 g; Błonnik pokarmowy: 33.35 g; Magnez: 412.87 mg; Żelazo: 13.54 mg; Witamina A: 1263.25 mg; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 270.75 mg; Witamina E: 13.49 mg; Sód: 2729.87 mg; Wapń: 1214.62 mg;

środa 2026-06-03 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 100g (1,2,3), buraczki gotowane 150g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.21 kcal; Białko ogółem: 99.79 g; Tłuszcz: 73.55 g; Węglowodany ogółem: 331.23 g; Witamina B12: 3.54 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.51 g; suma cukrów prostych: 107.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.90 g; Magnez: 371.04 mg; Żelazo: 12.59 mg; Witamina A: 1466.95 mg; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 124.55 mg; Witamina E: 9.26 mg; Sód: 2689.56 mg; Wapń: 945.86 mg;

środa 2026-06-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka z ziarnami 70g (1), chleb graham 50g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 150g, szynkowa dębowa 50g ^, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 100g (1,2,3), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z czerwonej kapusty 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g ,
II Śniadanie: Biskopty bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.47 kcal; Białko ogółem: 108.76 g; Tłuszcz: 78.64 g; Węglowodany ogółem: 304.29 g; Witamina B12: 3.87 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.30 g; suma cukrów prostych: 60.07 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g; Magnez: 380.57 mg; Żelazo: 12.19 mg; Witamina A: 1342.85 mg; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 268.15 mg; Witamina E: 11.75 mg; Sód: 2721.22 mg; Wapń: 1261.62 mg;

środa 2026-06-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), szynkowa dębowa 50g ^, jabłko deserowe 1szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), stek wieprzowy mielony z cebulką 100g (1,2,3), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z czerwonej kapusty 150g, 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: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.98 kcal; Białko ogółem: 114.57 g; Tłuszcz: 84.05 g; Węglowodany ogółem: 352.44 g; Witamina B12: 4.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.72 g; suma cukrów prostych: 81.62 g; Błonnik pokarmowy: 33.35 g; Magnez: 429.87 mg; Żelazo: 13.64 mg; Witamina A: 1279.25 mg; Witamina B6: 3.24 mg; Witamina C: 271.75 mg; Witamina E: 13.52 mg; Sód: 2792.87 mg; Wapń: 1384.62 mg;

środa 2026-06-03 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)^, szynkowa dębowa 50g ^, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 100g (1,2,3), surówka z czerwonej kapusty 150g, ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka, Sos pomidorowy 100ml (1,2),
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2470.25 kcal; Białko ogółem: 101.42 g; Tłuszcz: 83.72 g; Węglowodany ogółem: 333.27 g; Witamina B12: 3.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.98 g; suma cukrów prostych: 107.96 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g; Magnez: 370.87 mg; Żelazo: 10.96 mg; Witamina A: 1661.10 mg; Witamina B6: 3.30 mg; Witamina C: 188.47 mg; Witamina E: 14.52 mg; Sód: 2243.53 mg; Wapń: 967.69 mg;

środa 2026-06-03 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300g,	masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek 50g(2)^, szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2207.91 kcal; Białko ogółem: 118.32 g; Tłuszcz: 50.70 g; Węglowodany ogółem: 325.75 g; Witamina B12: 3.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.45 g; suma cukrów prostych: 104.51 g; Błonnik pokarmowy: 21.70 g; Magnez: 402.74 mg; Żelazo: 12.24 mg; Witamina A: 795.65 mg; Witamina B6: 3.61 mg; Witamina C: 124.55 mg; Witamina E: 7.39 mg; Sód: 2069.76 mg; Wapń: 903.66 mg;

środa 2026-06-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), szynkowa dębowa 50g ^, ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 150g, papryka świeża 90g, roszponka 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), stek wieprzowy mielony z cebulką 100g (1,2,3), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z czerwonej kapusty 150g, 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: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2658.98 kcal; Białko ogółem: 114.67 g; Tłuszcz: 91.25 g; Węglowodany ogółem: 347.72 g; Witamina B12: 4.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.93 g; suma cukrów prostych: 77.46 g; Błonnik pokarmowy: 33.35 g; Magnez: 421.67 mg; Żelazo: 13.74 mg; Witamina A: 1356.05 mg; Witamina B6: 3.24 mg; Witamina C: 270.75 mg; Witamina E: 13.69 mg; Sód: 3116.27 mg; Wapń: 1369.02 mg;

środa 2026-06-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Banan 1 szt 200g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 90g, roszponka 10g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), stek wieprzowy mielony z cebulką 100g (1,2,3), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z czerwonej kapusty 150g, 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: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.38 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 90.22 g; Węglowodany ogółem: 303.36 g; Witamina B12: 3.70 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.74 g; suma cukrów prostych: 89.23 g; Błonnik pokarmowy: 20.30 g; Magnez: 321.77 mg; Żelazo: 9.77 mg; Witamina A: 1039.25 mg; Witamina B6: 3.19 mg; Witamina C: 177.55 mg; Witamina E: 12.15 mg; Sód: 2033.57 mg; Wapń: 1129.52 mg;

środa 2026-06-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 50g (1), bułka z ziarnami 70g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 150g, szynkowa dębowa 50g ^, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g, roszponka 10g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 100g (1,2,3), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z czerwonej kapusty 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.47 kcal; Białko ogółem: 108.76 g; Tłuszcz: 78.64 g; Węglowodany ogółem: 304.29 g; Witamina B12: 3.87 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.30 g; suma cukrów prostych: 60.07 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g; Magnez: 380.57 mg; Żelazo: 12.19 mg; Witamina A: 1342.85 mg; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 268.15 mg; Witamina E: 11.75 mg; Sód: 2721.22 mg; Wapń: 1261.62 mg;

środa 2026-06-03 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 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (2),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 120 g,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.20 kcal; Białko ogółem: 117.42 g; Tłuszcz: 105.98 g; Węglowodany ogółem: 196.69 g; Witamina B12: 6.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.60 g; suma cukrów prostych: 80.55 g; Błonnik pokarmowy: 16.68 g; Magnez: 367.28 mg; Żelazo: 12.49 mg; Witamina A: 1734.75 mg; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 139.33 mg; Witamina E: 9.14 mg; Sód: 969.40 mg; Wapń: 1217.99 mg;

środa 2026-06-03 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser capresi 40g (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 100g (1,2,3), buraczki gotowane 150g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300g,	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 ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.71 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 84.70 g; Węglowodany ogółem: 334.36 g; Witamina B12: 3.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.91 g; suma cukrów prostych: 107.77 g; Błonnik pokarmowy: 21.90 g; Magnez: 379.84 mg; Żelazo: 12.79 mg; Witamina A: 1559.75 mg; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 124.55 mg; Witamina E: 9.46 mg; Sód: 3075.96 mg; Wapń: 1100.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Rolada drobiowa z brokulami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, surówka porowa 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), ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2804.79 kcal; Białko ogółem: 119.97 g; Tłuszcz: 72.86 g; Węglowodany ogółem: 351.43 g; Witamina B12: 3.92 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 97.42 g; Błonnik pokarmowy: 36.80 g; Magnez: 429.76 mg; Żelazo: 11.01 mg; Witamina A: 903.04 mg; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 67.38 mg; Witamina E: 7.14 mg; Sód: 3347.80 mg; Wapń: 902.01 mg;

czwartek 2026-06-04 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), 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)^, Rolada drobiowa z brokulami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), szpinak gotowany 150g (2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2291.24 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 77.34 g; Węglowodany ogółem: 267.09 g; Witamina B12: 3.92 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.45 g; suma cukrów prostych: 71.43 g; Błonnik pokarmowy: 19.36 g; Magnez: 295.66 mg; Żelazo: 10.67 mg; Witamina A: 1993.54 mg; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 156.93 mg; Witamina E: 10.63 mg; Sód: 2471.70 mg; Wapń: 950.40 mg;

czwartek 2026-06-04 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), twaróg krajanka 50g(2), kiwi 1szt. 70g, 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)^, Rolada drobiowa z brokulami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, surówka porowa 150g+(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), 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]: 2398.89 kcal; Białko ogółem: 116.15 g; Tłuszcz: 68.90 g; Węglowodany ogółem: 284.97 g; Witamina B12: 3.35 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.99 g; suma cukrów prostych: 67.18 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g; Magnez: 429.96 mg; Żelazo: 11.49 mg; Witamina A: 844.24 mg; Witamina B6: 2.40 mg; Witamina C: 89.18 mg; Witamina E: 6.64 mg; Sód: 3213.80 mg; Wapń: 638.21 mg;

czwartek 2026-06-04 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), twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Rolada drobiowa z brokulami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, surówka porowa 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), 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]: 2882.79 kcal; Białko ogółem: 121.57 g; Tłuszcz: 73.50 g; Węglowodany ogółem: 367.63 g; Witamina B12: 3.92 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 97.42 g; Błonnik pokarmowy: 37.40 g; Magnez: 429.76 mg; Żelazo: 11.01 mg; Witamina A: 903.04 mg; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 67.38 mg; Witamina E: 7.14 mg; Sód: 3347.80 mg; Wapń: 902.01 mg;

czwartek 2026-06-04 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)^, twaróg krajanka 50g(2), 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)^, Rolada drobiowa z brokulami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), szpinak gotowany 150g (2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2291.24 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 77.34 g; Węglowodany ogółem: 267.09 g; Witamina B12: 3.92 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.45 g; suma cukrów prostych: 71.43 g; Błonnik pokarmowy: 19.36 g; Magnez: 295.66 mg; Żelazo: 10.67 mg; Witamina A: 1993.54 mg; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 156.93 mg; Witamina E: 10.63 mg; Sód: 2471.70 mg; Wapń: 950.40 mg;

czwartek 2026-06-04 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), 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)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, szpinak gotowany 150g (2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g,	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]: 2084.20 kcal; Białko ogółem: 113.21 g; Tłuszcz: 53.91 g; Węglowodany ogółem: 263.63 g; Witamina B12: 3.40 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.78 g; suma cukrów prostych: 70.44 g; Błonnik pokarmowy: 18.41 g; Magnez: 287.02 mg; Żelazo: 9.32 mg; Witamina A: 1762.70 mg; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 145.32 mg; Witamina E: 9.21 mg; Sód: 1661.14 mg; Wapń: 919.73 mg;

czwartek 2026-06-04 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), twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, Ser żółty 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, surówka porowa 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), ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2938.39 kcal; Białko ogółem: 129.97 g; Tłuszcz: 83.26 g; Węglowodany ogółem: 351.47 g; Witamina B12: 4.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.46 g; suma cukrów prostych: 97.46 g; Błonnik pokarmowy: 36.80 g; Magnez: 442.16 mg; Żelazo: 11.29 mg; Witamina A: 1013.44 mg; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 67.38 mg; Witamina E: 7.29 mg; Sód: 3575.80 mg; Wapń: 1224.81 mg;

czwartek 2026-06-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg z zieloną pietruszką 100g(2), mus warzywno-owocowy 100g, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, surówka porowa 150g+(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), roszonek 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g ,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.26 kcal; Białko ogółem: 115.61 g; Tłuszcz: 73.69 g; Węglowodany ogółem: 266.25 g; Witamina B12: 3.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.23 g; suma cukrów prostych: 80.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.12 g; Magnez: 275.83 mg; Żelazo: 7.61 mg; Witamina A: 919.50 mg; Witamina B6: 2.01 mg; Witamina C: 82.71 mg; Witamina E: 6.44 mg; Sód: 2001.67 mg; Wapń: 711.30 mg;

czwartek 2026-06-04 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), twaróg krajanka 50g(2), kiwi 1szt. 70g, 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)^, Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, surówka porowa 150g+(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), 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]: 2398.89 kcal; Białko ogółem: 116.15 g; Tłuszcz: 68.90 g; Węglowodany ogółem: 284.97 g; Witamina B12: 3.35 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.99 g; suma cukrów prostych: 67.18 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g; Magnez: 429.96 mg; Żelazo: 11.49 mg; Witamina A: 844.24 mg; Witamina B6: 2.40 mg; Witamina C: 89.18 mg; Witamina E: 6.64 mg; Sód: 3213.80 mg; Wapń: 638.21 mg;

czwartek 2026-06-04 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 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100 g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*,	Ryżowa 350ml(8,13), brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
	Podwieczorek: ryżowa 400ml (13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2335.66 kcal; Białko ogółem: 127.07 g; Tłuszcz: 113.17 g; Węglowodany ogółem: 174.47 g; Witamina B12: 5.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.00 g; suma cukrów prostych: 68.85 g; Błonnik pokarmowy: 13.27 g; Magnez: 274.57 mg; Żelazo: 9.28 mg; Witamina A: 3670.90 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 86.59 mg; Witamina E: 8.82 mg; Sód: 1741.38 mg; Wapń: 790.65 mg;

czwartek 2026-06-04 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), twaróg krajanka 50g(2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), szpinak gotowany 150g (2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 90g 3szt. (1,11), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.64 kcal; Białko ogółem: 119.29 g; Tłuszcz: 83.92 g; Węglowodany ogółem: 267.51 g; Witamina B12: 4.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.72 g; suma cukrów prostych: 71.43 g; Błonnik pokarmowy: 19.39 g; Magnez: 299.56 mg; Żelazo: 11.06 mg; Witamina A: 1994.14 mg; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 156.93 mg; Witamina E: 10.76 mg; Sód: 2673.30 mg; Wapń: 954.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślane 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt 200g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2), dżem 25g - 1 szt.,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2566.65 kcal; Białko ogółem: 106.40 g; Tłuszcz: 76.70 g; Węglowodany ogółem: 369.44 g; Witamina B12: 6.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.30 g; suma cukrów prostych: 140.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g; Magnez: 419.78 mg; Żelazo: 12.25 mg; Witamina A: 1154.69 mg; Witamina B6: 3.44 mg; Witamina C: 133.19 mg; Witamina E: 7.84 mg; Sód: 4157.62 mg; Wapń: 1127.56 mg;

piątek 2026-06-05 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślane 1 szt.(1,2,3), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem 25g x 2 szt., bułka wrocławska 50g (1),	tomatarowa z makaronem 400ml (1,3,8,13) b/ml ^a , Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) ^a , twarożek z koperkiem 50g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2540.57 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 74.12 g; Węglowodany ogółem: 381.72 g; Witamina B12: 7.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.03 g; suma cukrów prostych: 170.71 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g; Magnez: 352.75 mg; Żelazo: 9.20 mg; Witamina A: 1759.98 mg; Witamina B6: 3.26 mg; Witamina C: 129.92 mg; Witamina E: 8.63 mg; Sód: 4467.74 mg; Wapń: 1172.36 mg;

piątek 2026-06-05 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 200g, 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 gotowane 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab Grzegorza 50g , 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]: 2151.17 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 59.49 g; Węglowodany ogółem: 286.17 g; Witamina B12: 6.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.27 g; suma cukrów prostych: 85.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g; Magnez: 421.94 mg; Żelazo: 11.85 mg; Witamina A: 1078.41 mg; Witamina B6: 3.44 mg; Witamina C: 120.65 mg; Witamina E: 6.85 mg; Sód: 3652.07 mg; Wapń: 921.75 mg;

piątek 2026-06-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślane 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt 200g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), 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]: 2489.10 kcal; Białko ogółem: 108.83 g; Tłuszcz: 77.86 g; Węglowodany ogółem: 339.82 g; Witamina B12: 6.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.56 g; suma cukrów prostych: 111.27 g; Błonnik pokarmowy: 31.26 g; Magnez: 425.69 mg; Żelazo: 12.41 mg; Witamina A: 1305.50 mg; Witamina B6: 3.51 mg; Witamina C: 132.70 mg; Witamina E: 8.22 mg; Sód: 4440.26 mg; Wapń: 1129.10 mg;

piątek 2026-06-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślane 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem 25g x 2 szt., bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13) ^a , Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) ^a , twarożek z koperkiem 50g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2588.84 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 77.88 g; Węglowodany ogółem: 383.33 g; Witamina B12: 7.19 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.94 g; suma cukrów prostych: 171.83 g; Błonnik pokarmowy: 20.70 g; Magnez: 352.25 mg; Żelazo: 9.37 mg; Witamina A: 1885.75 mg; Witamina B6: 3.32 mg; Witamina C: 131.46 mg; Witamina E: 8.82 mg; Sód: 3593.58 mg; Wapń: 1191.96 mg;

piątek 2026-06-05 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Masło 10g(2), Rogalik maślane 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem 25g x 2 szt., bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13) ^a , Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1) ^a , twarożek z koperkiem 50g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2504.59 kcal; Białko ogółem: 104.64 g; Tłuszcz: 65.79 g; Węglowodany ogółem: 384.50 g; Witamina B12: 7.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.55 g; suma cukrów prostych: 173.70 g; Błonnik pokarmowy: 21.17 g; Magnez: 353.15 mg; Żelazo: 9.43 mg; Witamina A: 1762.05 mg; Witamina B6: 3.33 mg; Witamina C: 143.24 mg; Witamina E: 10.11 mg; Sód: 3225.73 mg; Wapń: 1095.96 mg;

piątek 2026-06-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Serek fromage 80g (2), Banan 1 szt 200g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2675.65 kcal; Białko ogółem: 111.70 g; Tłuszcz: 102.50 g; Węglowodany ogółem: 334.16 g; Witamina B12: 6.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.65 g; suma cukrów prostych: 105.05 g; Błonnik pokarmowy: 30.37 g; Magnez: 414.98 mg; Żelazo: 11.95 mg; Witamina A: 1404.89 mg; Witamina B6: 3.41 mg; Witamina C: 122.59 mg; Witamina E: 8.66 mg; Sód: 4149.22 mg; Wapń: 1014.16 mg;

piątek 2026-06-05 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 200g, szpinak 10g, dżem 25g x 2 szt.,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 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, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2514.94 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 81.87 g; Węglowodany ogółem: 349.15 g; Witamina B12: 7.70 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.11 g; suma cukrów prostych: 167.37 g; Błonnik pokarmowy: 19.34 g; Magnez: 329.48 mg; Żelazo: 10.79 mg; Witamina A: 2025.01 mg; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 133.59 mg; Witamina E: 11.81 mg; Sód: 3394.33 mg; Wapń: 845.49 mg;

piątek 2026-06-05 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 200g, 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 gotowane 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab Grzegorza 50g , 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]: 2151.17 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 59.49 g; Węglowodany ogółem: 286.17 g; Witamina B12: 6.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.27 g; suma cukrów prostych: 85.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g; Magnez: 421.94 mg; Żelazo: 11.85 mg; Witamina A: 1078.41 mg; Witamina B6: 3.44 mg; Witamina C: 120.65 mg; Witamina E: 6.85 mg; Sód: 3652.07 mg; Wapń: 921.75 mg;

piątek 2026-06-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
kakao bez cukru 250ml (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), 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 150g, 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]: 2034.80 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 81.85 g; Węglowodany ogółem: 219.10 g; Witamina B12: 4.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 48.26 g; Błonnik pokarmowy: 19.97 g; Magnez: 378.82 mg; Żelazo: 9.76 mg; Witamina A: 2095.75 mg; Witamina B6: 3.76 mg; Witamina C: 191.51 mg; Witamina E: 5.96 mg; Sód: 802.02 mg; Wapń: 1086.99 mg;

piątek 2026-06-05 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), dżem 25g x 2 szt., szpinak 10g,	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), schab Grzegorza 50g , rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2709.65 kcal; Białko ogółem: 118.76 g; Tłuszcz: 79.98 g; Węglowodany ogółem: 383.82 g; Witamina B12: 8.69 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.31 g; suma cukrów prostych: 172.67 g; Błonnik pokarmowy: 20.57 g; Magnez: 357.65 mg; Żelazo: 11.33 mg; Witamina A: 2051.20 mg; Witamina B6: 3.39 mg; Witamina C: 130.15 mg; Witamina E: 9.35 mg; Sód: 3361.15 mg; Wapń: 1112.00 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , gruszką 1 szt.150g, roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Mięso z udźca indyka 100g duszone w sosie wł. 100g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka świeża 90g , rukola 10g, herbata 1 toreбка,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.44 kcal; Białko ogółem: 112.87 g; Tłuszcz: 63.73 g; Węglowodany ogółem: 306.54 g; Witamina B12: 2.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.15 g; suma cukrów prostych: 81.00 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g; Magnez: 346.49 mg; Żelazo: 10.88 mg; Witamina A: 1184.94 mg; Witamina B6: 3.14 mg; Witamina C: 216.79 mg; Witamina E: 11.47 mg; Sód: 2410.64 mg; Wapń: 843.56 mg;

sobota 2026-06-06 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(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), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Mięso z udźca indyka 100g duszone w sosie wł. 100g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 toreбка,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2199.01 kcal; Białko ogółem: 113.62 g; Tłuszcz: 66.95 g; Węglowodany ogółem: 287.12 g; Witamina B12: 2.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 73.35 g; Błonnik pokarmowy: 16.26 g; Magnez: 293.47 mg; Żelazo: 9.90 mg; Witamina A: 844.50 mg; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 102.29 mg; Witamina E: 9.02 mg; Sód: 2454.27 mg; Wapń: 826.46 mg;

sobota 2026-06-06 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 , gruszką 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Mięso z udźca indyka 100g duszone w sosie wł. 100g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka świeża 90g , herbata 1 toreбка, 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]: 2165.84 kcal; Białko ogółem: 111.04 g; Tłuszcz: 66.34 g; Węglowodany ogółem: 281.30 g; Witamina B12: 2.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.36 g; suma cukrów prostych: 70.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g; Magnez: 380.39 mg; Żelazo: 12.45 mg; Witamina A: 1181.14 mg; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 213.79 mg; Witamina E: 11.97 mg; Sód: 2299.04 mg; Wapń: 758.36 mg;

sobota 2026-06-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , gruszką 1 szt.150g, roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Mięso z udźca indyka 100g duszone w sosie wł. 100g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka świeża 90g , rukola 10g, herbata 1 toreбка,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.44 kcal; Białko ogółem: 114.47 g; Tłuszcz: 64.37 g; Węglowodany ogółem: 322.74 g; Witamina B12: 2.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.15 g; suma cukrów prostych: 81.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g; Magnez: 346.49 mg; Żelazo: 10.88 mg; Witamina A: 1184.94 mg; Witamina B6: 3.14 mg; Witamina C: 216.79 mg; Witamina E: 11.47 mg; Sód: 2410.64 mg; Wapń: 843.56 mg;

sobota 2026-06-06 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)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Mięso z udźca indyka 100g duszone w sosie wł. 100g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 toreбка,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2199.01 kcal; Białko ogółem: 113.62 g; Tłuszcz: 66.95 g; Węglowodany ogółem: 287.12 g; Witamina B12: 2.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 73.35 g; Błonnik pokarmowy: 16.26 g; Magnez: 293.47 mg; Żelazo: 9.90 mg; Witamina A: 844.50 mg; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 102.29 mg; Witamina E: 9.02 mg; Sód: 2454.27 mg; Wapń: 826.46 mg;

sobota 2026-06-06 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku 350 ml*(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), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Mięso z udźca indyka 100g duszone w sosie wł. 100g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, 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]: 2124.21 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; Tłuszcz: 58.70 g; Węglowodany ogółem: 287.05 g; Witamina B12: 2.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.91 g; suma cukrów prostych: 73.29 g; Błonnik pokarmowy: 16.26 g; Magnez: 293.37 mg; Żelazo: 9.89 mg; Witamina A: 763.10 mg; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 102.29 mg; Witamina E: 8.77 mg; Sód: 2453.37 mg; Wapń: 824.86 mg;

sobota 2026-06-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Mięso z udźca indyka 100g duszone w sosie wł. 100g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, 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]: 2305.44 kcal; Białko ogółem: 122.77 g; Tłuszcz: 63.98 g; Węglowodany ogółem: 308.29 g; Witamina B12: 3.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.29 g; suma cukrów prostych: 82.55 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g; Magnez: 350.99 mg; Żelazo: 10.98 mg; Witamina A: 1187.44 mg; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 216.79 mg; Witamina E: 11.48 mg; Sód: 2431.14 mg; Wapń: 891.56 mg;

sobota 2026-06-06 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), Pomidorki koktajlowe 90g , roszponka 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Mięso z udźca indyka 100g duszone w sosie wł. 100g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2068.62 kcal; Białko ogółem: 106.84 g; Tłuszcz: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 255.64 g; Witamina B12: 2.13 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.84 g; suma cukrów prostych: 65.14 g; Błonnik pokarmowy: 15.51 g; Magnez: 267.29 mg; Żelazo: 9.32 mg; Witamina A: 815.28 mg; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 96.59 mg; Witamina E: 9.61 mg; Sód: 2045.98 mg; Wapń: 667.62 mg;

sobota 2026-06-06 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.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Mięso z udźca indyka 100g duszone w sosie wł. 100g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, 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]: 2165.84 kcal; Białko ogółem: 111.04 g; Tłuszcz: 66.34 g; Węglowodany ogółem: 281.30 g; Witamina B12: 2.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.36 g; suma cukrów prostych: 70.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g; Magnez: 380.39 mg; Żelazo: 12.45 mg; Witamina A: 1181.14 mg; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 213.79 mg; Witamina E: 11.97 mg; Sód: 2299.04 mg; Wapń: 758.36 mg;

sobota 2026-06-06 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Ryż na ml, jajo.masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 100g, Szpinak gotowany 120g^, Masło 10g(2), Kompot z owoców mroz. 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 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2222.71 kcal; Białko ogółem: 120.54 g; Tłuszcz: 102.06 g; Węglowodany ogółem: 203.17 g; Witamina B12: 5.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.01 g; suma cukrów prostych: 56.42 g; Błonnik pokarmowy: 15.43 g; Magnez: 346.40 mg; Żelazo: 12.22 mg; Witamina A: 3591.84 mg; Witamina B6: 3.61 mg; Witamina C: 112.25 mg; Witamina E: 7.99 mg; Sód: 916.34 mg; Wapń: 808.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-06		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Ryż na mleku 350 ml*(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)^, Mięso z udźca indyka 100g duszone w sosie wł. 100g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, 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]: 2356.21 kcal; Białko ogółem: 125.74 g; Tłuszcz: 77.79 g; Węglowodany ogółem: 289.00 g; Witamina B12: 3.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.47 g; suma cukrów prostych: 73.39 g; Błonnik pokarmowy: 16.26 g; Magnez: 307.87 mg; Żelazo: 10.46 mg; Witamina A: 937.30 mg; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 102.29 mg; Witamina E: 9.30 mg; Sód: 3113.47 mg; Wapń: 982.86 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 150g, 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 gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g [^] , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.62 kcal; Białko ogółem: 105.38 g; Tłuszcz: 81.59 g; Węglowodany ogółem: 281.02 g; Witamina B12: 4.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.26 g; suma cukrów prostych: 70.67 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g; Magnez: 377.83 mg; Żelazo: 10.56 mg; Witamina A: 3091.79 mg; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 94.33 mg; Witamina E: 9.44 mg; Sód: 3611.81 mg; Wapń: 1222.85 mg;

niedziela 2026-06-07 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , szynkowa dębowa 50g [^] , roszonek 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.00 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 82.37 g; Węglowodany ogółem: 258.23 g; Witamina B12: 4.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.96 g; suma cukrów prostych: 62.21 g; Błonnik pokarmowy: 24.15 g; Magnez: 293.97 mg; Żelazo: 8.92 mg; Witamina A: 1568.09 mg; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 183.91 mg; Witamina E: 9.18 mg; Sód: 2506.59 mg; Wapń: 1113.28 mg;

niedziela 2026-06-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynkowa dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 90g , szynkowa dębowa 50g [^] , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt.,	Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2049.05 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 226.84 g; Witamina B12: 4.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.26 g; suma cukrów prostych: 56.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g; Magnez: 410.28 mg; Żelazo: 14.00 mg; Witamina A: 1725.10 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 169.52 mg; Witamina E: 9.51 mg; Sód: 3596.93 mg; Wapń: 793.03 mg;

niedziela 2026-06-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 150g, 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 gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g [^] , 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]: 2321.62 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 83.59 g; Węglowodany ogółem: 285.72 g; Witamina B12: 4.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.45 g; suma cukrów prostych: 74.77 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g; Magnez: 387.83 mg; Żelazo: 10.66 mg; Witamina A: 3107.79 mg; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 94.33 mg; Witamina E: 9.47 mg; Sód: 3649.81 mg; Wapń: 1325.85 mg;

niedziela 2026-06-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , szynkowa dębowa 50g [^] , roszonek 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.00 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 82.37 g; Węglowodany ogółem: 258.23 g; Witamina B12: 4.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.96 g; suma cukrów prostych: 62.21 g; Błonnik pokarmowy: 24.15 g; Magnez: 293.97 mg; Żelazo: 8.92 mg; Witamina A: 1568.09 mg; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 183.91 mg; Witamina E: 9.18 mg; Sód: 2506.59 mg; Wapń: 1113.28 mg;

niedziela 2026-06-07 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , szynkowa dębowa 50g [^] , roszonek 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1950.90 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 55.54 g; Węglowodany ogółem: 258.16 g; Witamina B12: 3.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.13 g; suma cukrów prostych: 62.15 g; Błonnik pokarmowy: 24.15 g; Magnez: 290.47 mg; Żelazo: 8.02 mg; Witamina A: 1454.49 mg; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 183.91 mg; Witamina E: 8.56 mg; Sód: 2022.59 mg; Wapń: 1099.89 mg;

niedziela 2026-06-07			Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 150g, Pomidorki koktajlowe 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 gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,		chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g ^, ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, rozspanka 10g,	
			Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.42 kcal; Białko ogółem: 115.46 g; Tłuszcz: 84.11 g; Węglowodany ogółem: 289.00 g; Witamina B12: 4.41 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.77 g; suma cukrów prostych: 78.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g; Magnez: 382.63 mg; Żelazo: 10.68 mg; Witamina A: 3112.79 mg; Witamina B6: 2.60 mg; Witamina C: 94.33 mg; Witamina E: 9.48 mg; Sód: 3635.81 mg; Wapń: 1273.85 mg;

niedziela 2026-06-07			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, 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 gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,		bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g ^, sok pomidorowy 200ml 1szt, herbata 1 torebka, rozspanka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	
			Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.67 kcal; Białko ogółem: 105.25 g; Tłuszcz: 77.89 g; Węglowodany ogółem: 271.83 g; Witamina B12: 3.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.53 g; suma cukrów prostych: 87.37 g; Błonnik pokarmowy: 25.71 g; Magnez: 281.74 mg; Żelazo: 9.34 mg; Witamina A: 3221.21 mg; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 126.24 mg; Witamina E: 10.62 mg; Sód: 2638.94 mg; Wapń: 779.10 mg;

niedziela 2026-06-07			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. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,		rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,		chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 90g , szynkowa dębowa 50g ^, herbata 1 torebka, rozspanka 10g,	
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,			Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2049.05 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 226.84 g; Witamina B12: 4.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.26 g; suma cukrów prostych: 56.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g; Magnez: 410.28 mg; Żelazo: 14.00 mg; Witamina A: 1725.10 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 169.52 mg; Witamina E: 9.51 mg; Sód: 3596.93 mg; Wapń: 793.03 mg;

niedziela 2026-06-07			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 120g (2),		herbata bez cukru 250ml, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 100g,	
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]: 2238.54 kcal; Białko ogółem: 132.60 g; Tłuszcz: 114.19 g; Węglowodany ogółem: 170.22 g; Witamina B12: 6.03 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.82 g; suma cukrów prostych: 48.91 g; Błonnik pokarmowy: 16.94 g; Magnez: 355.67 mg; Żelazo: 12.27 mg; Witamina A: 3200.23 mg; Witamina B6: 3.69 mg; Witamina C: 84.74 mg; Witamina E: 7.94 mg; Sód: 1085.40 mg; Wapń: 975.27 mg;

niedziela 2026-06-07			Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidor malinowy 90g , szpinak 10g,		rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,		masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, herbata 1 torebka, twaróg 50g(2)^, Pomidorki koktajlowe 90g , rozspanka 10g,	
			Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.00 kcal; Białko ogółem: 126.65 g; Tłuszcz: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 276.20 g; Witamina B12: 4.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.98 g; suma cukrów prostych: 80.92 g; Błonnik pokarmowy: 24.25 g; Magnez: 297.67 mg; Żelazo: 9.02 mg; Witamina A: 1509.79 mg; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 184.61 mg; Witamina E: 9.06 mg; Sód: 2176.69 mg; Wapń: 1085.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), Banan 1 szt 200g, rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) [^] , filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3183.51 kcal; Białko ogółem: 123.43 g; Tłuszcz: 108.33 g; Węglowodany ogółem: 429.57 g; Witamina B12: 5.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.25 g; suma cukrów prostych: 96.09 g; Błonnik pokarmowy: 41.00 g; Magnez: 530.12 mg; Żelazo: 18.01 mg; Witamina A: 1843.79 mg; Witamina B6: 4.40 mg; Witamina C: 250.16 mg; Witamina E: 16.12 mg; Sód: 3091.88 mg; Wapń: 898.97 mg;

poniedziałek 2026-06-08 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) [^] , filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos grecki (1,2,13) 120 g , ziemniaki gotowane 200g* , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2489.95 kcal; Białko ogółem: 104.16 g; Tłuszcz: 86.71 g; Węglowodany ogółem: 328.51 g; Witamina B12: 4.43 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.52 g; suma cukrów prostych: 99.19 g; Błonnik pokarmowy: 21.63 g; Magnez: 379.54 mg; Żelazo: 11.12 mg; Witamina A: 1922.30 mg; Witamina B6: 3.33 mg; Witamina C: 152.46 mg; Witamina E: 12.02 mg; Sód: 2612.42 mg; Wapń: 943.61 mg;

poniedziałek 2026-06-08 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 200g, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, papryka świeża 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) [^] , filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g* , Sos grecki 150g (1,2,13)*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidorki koktajlowe 90g , parówka z fileta indyka 1szt. , 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]: 2478.73 kcal; Białko ogółem: 106.03 g; Tłuszcz: 83.55 g; Węglowodany ogółem: 331.94 g; Witamina B12: 4.26 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.74 g; suma cukrów prostych: 97.30 g; Błonnik pokarmowy: 37.07 g; Magnez: 517.00 mg; Żelazo: 15.69 mg; Witamina A: 2885.12 mg; Witamina B6: 4.31 mg; Witamina C: 278.02 mg; Witamina E: 12.29 mg; Sód: 3806.79 mg; Wapń: 1007.99 mg;

poniedziałek 2026-06-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), Banan 1 szt 200g, rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) [^] , filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , 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 jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3243.51 kcal; Białko ogółem: 127.73 g; Tłuszcz: 110.33 g; Węglowodany ogółem: 435.77 g; Witamina B12: 6.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.44 g; suma cukrów prostych: 100.29 g; Błonnik pokarmowy: 41.00 g; Magnez: 547.12 mg; Żelazo: 18.11 mg; Witamina A: 1859.79 mg; Witamina B6: 4.46 mg; Witamina C: 251.16 mg; Witamina E: 16.15 mg; Sód: 3154.88 mg; Wapń: 1068.97 mg;

poniedziałek 2026-06-08 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) [^] , twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) [^] , filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos grecki (1,2,13) 120 g , ziemniaki gotowane 200g* , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2489.95 kcal; Białko ogółem: 104.16 g; Tłuszcz: 86.71 g; Węglowodany ogółem: 328.51 g; Witamina B12: 4.43 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.52 g; suma cukrów prostych: 99.19 g; Błonnik pokarmowy: 21.63 g; Magnez: 379.54 mg; Żelazo: 11.12 mg; Witamina A: 1922.30 mg; Witamina B6: 3.33 mg; Witamina C: 152.46 mg; Witamina E: 12.02 mg; Sód: 2612.42 mg; Wapń: 943.61 mg;

poniedziałek 2026-06-08 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos grecki (1,2,13) 120 g , ziemniaki gotowane 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , pomidor malinowy 90g, Mix salat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.55 kcal; Białko ogółem: 107.29 g; Tłuszcz: 61.07 g; Węglowodany ogółem: 328.86 g; Witamina B12: 4.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.40 g; suma cukrów prostych: 99.38 g; Błonnik pokarmowy: 21.57 g; Magnez: 374.64 mg; Żelazo: 10.45 mg; Witamina A: 1839.70 mg; Witamina B6: 3.27 mg; Witamina C: 152.46 mg; Witamina E: 11.56 mg; Sód: 2545.32 mg; Wapń: 936.61 mg;

poniedziałek 2026-06-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix salat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3232.51 kcal; Białko ogółem: 133.33 g; Tłuszcz: 108.58 g; Węglowodany ogółem: 431.32 g; Witamina B12: 6.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.39 g; suma cukrów prostych: 97.64 g; Błonnik pokarmowy: 41.00 g; Magnez: 534.62 mg; Żelazo: 18.11 mg; Witamina A: 1846.29 mg; Witamina B6: 4.44 mg; Witamina C: 250.16 mg; Witamina E: 16.12 mg; Sód: 3112.38 mg; Wapń: 946.97 mg;

poniedziałek 2026-06-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Banan 1 szt 200g, ser capresi 40g (2), rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor malinowy 90g, Mix salat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2963.04 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 122.38 g; Węglowodany ogółem: 353.89 g; Witamina B12: 5.70 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.84 g; suma cukrów prostych: 84.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.87 g; Magnez: 421.53 mg; Żelazo: 15.50 mg; Witamina A: 1955.34 mg; Witamina B6: 4.06 mg; Witamina C: 251.94 mg; Witamina E: 17.32 mg; Sód: 2732.92 mg; Wapń: 776.04 mg;

poniedziałek 2026-06-08 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 200g, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, parówka z fileta indyka 1szt. , 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]: 2440.03 kcal; Białko ogółem: 104.20 g; Tłuszcz: 83.02 g; Węglowodany ogółem: 323.96 g; Witamina B12: 4.26 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.63 g; suma cukrów prostych: 92.04 g; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; Magnez: 503.90 mg; Żelazo: 14.95 mg; Witamina A: 2367.12 mg; Witamina B6: 3.85 mg; Witamina C: 139.22 mg; Witamina E: 9.20 mg; Sód: 3800.89 mg; Wapń: 992.69 mg;

poniedziałek 2026-06-08 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 mroz. bez cukru 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 400ml* (8,13), herbata bez cukru 250ml, ziemniaki 100g, brokuły z wody 120 g, 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]: 2154.13 kcal; Białko ogółem: 134.86 g; Tłuszcz: 86.83 g; Węglowodany ogółem: 212.73 g; Witamina B12: 4.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.06 g; suma cukrów prostych: 56.04 g; Błonnik pokarmowy: 17.90 g; Magnez: 380.68 mg; Żelazo: 9.89 mg; Witamina A: 1806.29 mg; Witamina B6: 4.01 mg; Witamina C: 170.34 mg; Witamina E: 7.22 mg; Sód: 1627.82 mg; Wapń: 1061.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-06-08		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Szynka Ojca Grzegorza 50g, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), herbata 1 torebka, parówka z fileta indyka 1szt. , parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor malinowy 90g, Mix salat 10g,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2678.76 kcal; Białko ogółem: 121.07 g; Tłuszcz: 98.72 g; Węglowodany ogółem: 332.57 g; Witamina B12: 4.93 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.65 g; suma cukrów prostych: 102.16 g; Błonnik pokarmowy: 23.30 g; Magnez: 402.55 mg; Żelazo: 12.64 mg; Witamina A: 2337.02 mg; Witamina B6: 3.63 mg; Witamina C: 158.70 mg; Witamina E: 10.11 mg; Sód: 3409.92 mg; Wapń: 975.21 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), kurczak gotowany premium 50g , jabłko deserowe 1szt. 150g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), kasza bulgur 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2529.95 kcal; Białko ogółem: 116.08 g; Tłuszcz: 85.81 g; Węglowodany ogółem: 325.76 g; Witamina B12: 4.36 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.16 g; suma cukrów prostych: 76.96 g; Błonnik pokarmowy: 33.98 g; Magnez: 356.62 mg; Żelazo: 11.97 mg; Witamina A: 1022.29 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 170.61 mg; Witamina E: 12.67 mg; Sód: 3083.39 mg; Wapń: 1345.38 mg;

wtorek 2026-06-09 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), kasza bulgur 200g , Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2568.29 kcal; Białko ogółem: 116.51 g; Tłuszcz: 85.31 g; Węglowodany ogółem: 337.61 g; Witamina B12: 3.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.52 g; suma cukrów prostych: 113.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g; Magnez: 305.07 mg; Żelazo: 8.82 mg; Witamina A: 2842.89 mg; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 75.84 mg; Witamina E: 11.56 mg; Sód: 2761.36 mg; Wapń: 1078.90 mg;

wtorek 2026-06-09 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 gotowane 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1szt. 150g, szynka piastowska 40g (8), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), kasza bulgur 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , Ser żółty 40g (2), herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.79 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 79.73 g; Węglowodany ogółem: 285.71 g; Witamina B12: 4.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.24 g; suma cukrów prostych: 58.15 g; Błonnik pokarmowy: 32.17 g; Magnez: 346.27 mg; Żelazo: 11.53 mg; Witamina A: 2928.19 mg; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 80.78 mg; Witamina E: 10.13 mg; Sód: 2455.56 mg; Wapń: 1146.60 mg;

wtorek 2026-06-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), kurczak gotowany premium 50g , jabłko deserowe 1szt. 150g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), kasza bulgur 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2607.95 kcal; Białko ogółem: 117.68 g; Tłuszcz: 86.45 g; Węglowodany ogółem: 341.96 g; Witamina B12: 4.36 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.16 g; suma cukrów prostych: 76.96 g; Błonnik pokarmowy: 34.58 g; Magnez: 356.62 mg; Żelazo: 11.97 mg; Witamina A: 1022.29 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 170.61 mg; Witamina E: 12.67 mg; Sód: 3083.39 mg; Wapń: 1345.38 mg;

wtorek 2026-06-09 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 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), kasza bulgur 200g , Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2568.29 kcal; Białko ogółem: 116.51 g; Tłuszcz: 85.31 g; Węglowodany ogółem: 337.61 g; Witamina B12: 3.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.52 g; suma cukrów prostych: 113.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g; Magnez: 305.07 mg; Żelazo: 8.82 mg; Witamina A: 2842.89 mg; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 75.84 mg; Witamina E: 11.56 mg; Sód: 2761.36 mg; Wapń: 1078.90 mg;

wtorek 2026-06-09 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 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), kasza bulgur 200g , Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek 50g(2)^, roszonka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.49 kcal; Białko ogółem: 121.94 g; Tłuszcz: 68.11 g; Węglowodany ogółem: 337.81 g; Witamina B12: 3.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.78 g; suma cukrów prostych: 115.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g; Magnez: 300.67 mg; Żelazo: 8.71 mg; Witamina A: 2671.19 mg; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 75.84 mg; Witamina E: 11.11 mg; Sód: 2394.56 mg; Wapń: 970.90 mg;

wtorek 2026-06-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), kurczak gotowany premium 50g , ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 150g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), kasza bulgur 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rządkiwka 90g , herbata 1 torebka, roszonka 10g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2639.95 kcal; Białko ogółem: 120.48 g; Tłuszcz: 95.01 g; Węglowodany ogółem: 327.24 g; Witamina B12: 4.80 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.56 g; suma cukrów prostych: 77.00 g; Błonnik pokarmowy: 33.98 g; Magnez: 365.42 mg; Żelazo: 12.17 mg; Witamina A: 1115.09 mg; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 170.61 mg; Witamina E: 12.87 mg; Sód: 3469.79 mg; Wapń: 1499.78 mg;

wtorek 2026-06-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), serek homo waniliowy 150g (1), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), kasza bulgur 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , roszonka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.65 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Tłuszcz: 78.10 g; Węglowodany ogółem: 298.69 g; Witamina B12: 3.75 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.89 g; suma cukrów prostych: 80.53 g; Błonnik pokarmowy: 23.10 g; Magnez: 245.92 mg; Żelazo: 8.88 mg; Witamina A: 1073.49 mg; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 164.57 mg; Witamina E: 13.42 mg; Sód: 2510.49 mg; Wapń: 900.08 mg;

wtorek 2026-06-09 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 gotowane 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1szt. 150g, szynka piastowska 40g (8), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), kasza bulgur 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rządkiwka 90g , Ser żółty 40g (2), herbata 1 torebka, roszonka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.79 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 79.73 g; Węglowodany ogółem: 285.71 g; Witamina B12: 4.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.24 g; suma cukrów prostych: 58.15 g; Błonnik pokarmowy: 32.17 g; Magnez: 346.27 mg; Żelazo: 11.53 mg; Witamina A: 2928.19 mg; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 80.78 mg; Witamina E: 10.13 mg; Sód: 2455.56 mg; Wapń: 1146.60 mg;

wtorek 2026-06-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 100g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*,	Grycikowa 200ml*(1,8,13), jarzynka gotowana 100g(13), Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
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]: 2211.98 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 109.18 g; Węglowodany ogółem: 170.99 g; Witamina B12: 5.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.62 g; suma cukrów prostych: 55.40 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; Magnez: 377.30 mg; Żelazo: 12.23 mg; Witamina A: 2346.64 mg; Witamina B6: 3.39 mg; Witamina C: 150.24 mg; Witamina E: 9.56 mg; Sód: 1389.82 mg; Wapń: 958.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-06-09		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., szpinak 10g, serek homo waniliowy 150g (1), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie wt. 80ml(1,13), kasza bulgur 200g , Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g, serek tartare 2 szt. (40g),
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2489.09 kcal; Białko ogółem: 119.72 g; Tłuszcz: 85.76 g; Węglowodany ogółem: 314.69 g; Witamina B12: 4.17 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.80 g; suma cukrów prostych: 95.41 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g; Magnez: 309.77 mg; Żelazo: 8.57 mg; Witamina A: 3144.09 mg; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 75.84 mg; Witamina E: 12.57 mg; Sód: 2442.46 mg; Wapń: 1056.00 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)*, Knedle z truskawkami 300g* (1), Sos waniliowy 100ml* (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2677.67 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 68.91 g; Węglowodany ogółem: 410.68 g; Witamina B12: 4.29 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.31 g; suma cukrów prostych: 125.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; Magnez: 415.88 mg; Żelazo: 14.78 mg; Witamina A: 1532.28 mg; Witamina B6: 2.88 mg; Witamina C: 197.81 mg; Witamina E: 9.29 mg; Sód: 1724.45 mg; Wapń: 1026.49 mg;

środa 2026-06-10 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2341.69 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 63.42 g; Węglowodany ogółem: 341.75 g; Witamina B12: 4.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.85 g; suma cukrów prostych: 108.00 g; Błonnik pokarmowy: 16.79 g; Magnez: 277.00 mg; Żelazo: 10.37 mg; Witamina A: 1168.58 mg; Witamina B6: 2.04 mg; Witamina C: 85.47 mg; Witamina E: 7.72 mg; Sód: 1526.96 mg; Wapń: 931.16 mg;

środa 2026-06-10 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), Banan 1 szt 200g, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)*, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2588.38 kcal; Białko ogółem: 127.41 g; Tłuszcz: 74.47 g; Węglowodany ogółem: 342.68 g; Witamina B12: 5.48 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.64 g; suma cukrów prostych: 87.05 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g; Magnez: 451.55 mg; Żelazo: 15.93 mg; Witamina A: 1564.58 mg; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 194.77 mg; Witamina E: 10.26 mg; Sód: 2044.17 mg; Wapń: 1114.77 mg;

środa 2026-06-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)*, Knedle z truskawkami 300g* (1), Kompot b/c 300ml*, Sos waniliowy 100ml* (2),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , 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]: 2737.67 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 70.91 g; Węglowodany ogółem: 416.88 g; Witamina B12: 4.79 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 129.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; Magnez: 432.88 mg; Żelazo: 14.88 mg; Witamina A: 1548.28 mg; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 198.81 mg; Witamina E: 9.32 mg; Sód: 1787.45 mg; Wapń: 1196.49 mg;

środa 2026-06-10 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)^, Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2341.69 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 63.42 g; Węglowodany ogółem: 341.75 g; Witamina B12: 4.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.85 g; suma cukrów prostych: 108.00 g; Błonnik pokarmowy: 16.79 g; Magnez: 277.00 mg; Żelazo: 10.37 mg; Witamina A: 1168.58 mg; Witamina B6: 2.04 mg; Witamina C: 85.47 mg; Witamina E: 7.72 mg; Sód: 1526.96 mg; Wapń: 931.16 mg;

środa 2026-06-10 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350ml (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2175.89 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 45.72 g; Węglowodany ogółem: 342.83 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.52 g; suma cukrów prostych: 109.49 g; Błonnik pokarmowy: 16.79 g; Magnez: 269.40 mg; Żelazo: 8.26 mg; Witamina A: 817.68 mg; Witamina B6: 1.98 mg; Witamina C: 85.47 mg; Witamina E: 6.74 mg; Sód: 1405.56 mg; Wapń: 930.56 mg;

środa 2026-06-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, ser capresi 40g (2), Banan 1 szt 200g, papryka świeża 90g , roszponka 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Knedle z truskawkami 300g* (1), Kompot b/c 300ml*, Sos waniliowy 100ml* (2),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2787.67 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 78.11 g; Węglowodany ogółem: 412.16 g; Witamina B12: 4.73 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.71 g; suma cukrów prostych: 125.60 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; Magnez: 424.68 mg; Żelazo: 14.98 mg; Witamina A: 1625.08 mg; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 197.81 mg; Witamina E: 9.49 mg; Sód: 2110.85 mg; Wapń: 1180.89 mg;

środa 2026-06-10 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 200g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , roszponka 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Knedle z truskawkami 300g* (1), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Ser żółty 50g(2), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2522.33 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz: 81.25 g; Węglowodany ogółem: 358.85 g; Witamina B12: 2.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.58 g; suma cukrów prostych: 104.26 g; Błonnik pokarmowy: 23.24 g; Magnez: 340.85 mg; Żelazo: 11.39 mg; Witamina A: 1068.18 mg; Witamina B6: 2.24 mg; Witamina C: 85.87 mg; Witamina E: 7.79 mg; Sód: 1777.22 mg; Wapń: 1206.72 mg;

środa 2026-06-10 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), Banan 1 szt 200g, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2615.38 kcal; Białko ogółem: 132.91 g; Tłuszcz: 77.77 g; Węglowodany ogółem: 342.13 g; Witamina B12: 4.73 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.64 g; suma cukrów prostych: 87.10 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g; Magnez: 455.05 mg; Żelazo: 14.08 mg; Witamina A: 1430.58 mg; Witamina B6: 2.92 mg; Witamina C: 194.77 mg; Witamina E: 9.72 mg; Sód: 2188.17 mg; Wapń: 1471.27 mg;

środa 2026-06-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Ryż na ml, jajo.masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Buraczki gotowane 100g^, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 100g, ziemniaki 100g,
	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]: 2221.88 kcal; Białko ogółem: 113.60 g; Tłuszcz: 91.38 g; Węglowodany ogółem: 235.11 g; Witamina B12: 6.04 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.80 g; suma cukrów prostych: 78.60 g; Błonnik pokarmowy: 16.20 g; Magnez: 350.55 mg; Żelazo: 11.61 mg; Witamina A: 1624.99 mg; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 143.74 mg; Witamina E: 7.81 mg; Sód: 1916.37 mg; Wapń: 1192.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-06-10		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2503.19 kcal; Białko ogółem: 109.72 g; Tłuszcz: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 344.88 g; Witamina B12: 5.42 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.25 g; suma cukrów prostych: 108.04 g; Błonnik pokarmowy: 16.79 g; Magnez: 285.80 mg; Żelazo: 10.57 mg; Witamina A: 1261.38 mg; Witamina B6: 2.10 mg; Witamina C: 85.47 mg; Witamina E: 7.92 mg; Sód: 1913.36 mg; Wapń: 1085.56 mg;

Dietetyk

.....