

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), kurczak gotowany premium 50g , brzoskwinia 1szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Rolada wieprzowa 100g (1,3,13), kasza bulgur 200g , Sos pieczeniowy 100g (1), sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.92 kcal; Białko ogółem: 129.38 g; Tłuszcz: 71.98 g; Węglowodany ogółem: 324.75 g; Witamina B12: 4.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.66 g; suma cukrów prostych: 86.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g; Magnez: 308.79 mg; Żelazo: 10.54 mg; Witamina A: 847.90 mg; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 144.41 mg; Witamina E: 10.76 mg; Sód: 2617.70 mg; Wapń: 1038.46 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g , brzoskwinia 1szt, szpinak 10g, miód 2szt. (50g), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.67 kcal; Białko ogółem: 121.83 g; Tłuszcz: 80.56 g; Węglowodany ogółem: 319.94 g; Witamina B12: 4.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.70 g; suma cukrów prostych: 128.24 g; Błonnik pokarmowy: 19.03 g; Magnez: 275.37 mg; Żelazo: 9.46 mg; Witamina A: 2745.45 mg; Witamina B6: 2.20 mg; Witamina C: 59.67 mg; Witamina E: 11.78 mg; Sód: 4698.22 mg; Wapń: 966.21 mg;

wtorek 2026-07-21 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), brzoskwinia 1szt, szynka piastowska 40g (8), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), kasza bulgur 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , twaróg krajanka 50g(2), herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2403.77 kcal; Białko ogółem: 121.02 g; Tłuszcz: 75.87 g; Węglowodany ogółem: 297.51 g; Witamina B12: 5.36 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.75 g; suma cukrów prostych: 64.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.90 g; Magnez: 336.37 mg; Żelazo: 12.54 mg; Witamina A: 2815.15 mg; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 61.31 mg; Witamina E: 10.18 mg; Sód: 4537.82 mg; Wapń: 846.01 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb graham 50g (1), kurczak gotowany premium 50g , brzoskwinia 1szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Rolada wieprzowa 100g (1,3,13), Sos pieczeniowy 100g (1), kasza bulgur 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2509.42 kcal; Białko ogółem: 130.26 g; Tłuszcz: 72.50 g; Węglowodany ogółem: 335.55 g; Witamina B12: 4.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.63 g; suma cukrów prostych: 86.14 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g; Magnez: 302.59 mg; Żelazo: 10.32 mg; Witamina A: 847.90 mg; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 144.41 mg; Witamina E: 10.67 mg; Sód: 2561.70 mg; Wapń: 1036.26 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g , brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.67 kcal; Białko ogółem: 121.83 g; Tłuszcz: 80.56 g; Węglowodany ogółem: 319.94 g; Witamina B12: 4.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.70 g; suma cukrów prostych: 128.24 g; Błonnik pokarmowy: 19.03 g; Magnez: 275.37 mg; Żelazo: 9.46 mg; Witamina A: 2745.45 mg; Witamina B6: 2.20 mg; Witamina C: 59.67 mg; Witamina E: 11.78 mg; Sód: 4698.22 mg; Wapń: 966.21 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g , brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), schab gotowany 100g, Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg 50g(2)^, rosół 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2217.07 kcal; Białko ogółem: 115.94 g; Tłuszcz: 61.27 g; Węglowodany ogółem: 310.24 g; Witamina B12: 4.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.18 g; suma cukrów prostych: 127.68 g; Błonnik pokarmowy: 18.41 g; Magnez: 247.67 mg; Żelazo: 8.97 mg; Witamina A: 2649.55 mg; Witamina B6: 2.06 mg; Witamina C: 59.53 mg; Witamina E: 8.72 mg; Sód: 1898.62 mg; Wapń: 952.02 mg;

wtorek 2026-07-21 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 graham 50g (1), kurczak gotowany premium 50g , ser capresi 40g (2), brzoskwinia 1szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Rolada wieprzowa 100g (1,3,13), kasza bulgur 200g , sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos pieczeniowy 100g (1),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), Rządkiwka 90g , herbata 1 torebka, rosół 10g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.42 kcal; Białko ogółem: 133.06 g; Tłuszcz: 81.06 g; Węglowodany ogółem: 320.83 g; Witamina B12: 4.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.03 g; suma cukrów prostych: 86.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.47 g; Magnez: 311.39 mg; Żelazo: 10.52 mg; Witamina A: 940.70 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 144.41 mg; Witamina E: 10.87 mg; Sód: 2948.10 mg; Wapń: 1190.66 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), chleb graham 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g , brzoskwinia 1szt, ser żółty 20g. (2), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Rolada wieprzowa 100g (1,3,13), kasza bulgur 200g , sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos pieczeniowy 100g (1),	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), twaróg 50g(2)^, rosół 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 150g (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2310.92 kcal; Białko ogółem: 127.46 g; Tłuszcz: 76.43 g; Węglowodany ogółem: 282.27 g; Witamina B12: 4.03 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.82 g; suma cukrów prostych: 74.30 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; Magnez: 261.49 mg; Żelazo: 9.47 mg; Witamina A: 1032.70 mg; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 157.37 mg; Witamina E: 12.90 mg; Sód: 2419.40 mg; Wapń: 979.96 mg;

wtorek 2026-07-21 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), brzoskwinia 1szt, szynka piastowska 40g (8), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), kasza bulgur 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rządkiwka 90g , twaróg krajanka 50g(2), herbata 1 torebka, rosół 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2403.77 kcal; Białko ogółem: 121.02 g; Tłuszcz: 75.87 g; Węglowodany ogółem: 297.51 g; Witamina B12: 5.36 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.75 g; suma cukrów prostych: 64.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.90 g; Magnez: 336.37 mg; Żelazo: 12.54 mg; Witamina A: 2815.15 mg; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 61.31 mg; Witamina E: 10.18 mg; Sód: 4537.82 mg; Wapń: 846.01 mg;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Szpinakowa z ziemniakami 250ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 100g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Grysiówka 350ml*(1,8,13), jarzynka gotowana 100g(13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

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

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , brzoskwinia 1szt, ser capresi 40g (2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g, pasta jajeczna 60g (3,13,11)^,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2714.95 kcal; Białko ogółem: 132.89 g; Tłuszcz: 99.22 g; Węglowodany ogółem: 320.63 g; Witamina B12: 6.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.93 g; suma cukrów prostych: 121.15 g; Błonnik pokarmowy: 18.22 g; Magnez: 288.00 mg; Żelazo: 11.44 mg; Witamina A: 3093.99 mg; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 63.22 mg; Witamina E: 12.84 mg; Sód: 5050.20 mg; Wapń: 1154.67 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, jabłko deserowe 1szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), rukola 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.04 kcal; Białko ogółem: 131.55 g; Tłuszcz: 78.39 g; Węglowodany ogółem: 339.80 g; Witamina B12: 3.63 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.38 g; suma cukrów prostych: 71.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g; Magnez: 397.17 mg; Żelazo: 12.06 mg; Witamina A: 1268.01 mg; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 178.33 mg; Witamina E: 7.87 mg; Sód: 1890.50 mg; Wapń: 1209.59 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 400g (1,2,13), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), 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]: 2386.44 kcal; Białko ogółem: 106.74 g; Tłuszcz: 85.93 g; Węglowodany ogółem: 298.43 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.66 g; suma cukrów prostych: 65.87 g; Błonnik pokarmowy: 15.67 g; Magnez: 326.00 mg; Żelazo: 10.54 mg; Witamina A: 2058.40 mg; Witamina B6: 2.21 mg; Witamina C: 106.61 mg; Witamina E: 14.20 mg; Sód: 1830.74 mg; Wapń: 950.92 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 150g, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g, chleb razowy 50g (1),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i szpinakiem 400g(1,2,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), rukola 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2687.04 kcal; Białko ogółem: 131.24 g; Tłuszcz: 95.05 g; Węglowodany ogółem: 318.31 g; Witamina B12: 3.65 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.82 g; suma cukrów prostych: 63.38 g; Błonnik pokarmowy: 32.54 g; Magnez: 473.72 mg; Żelazo: 16.15 mg; Witamina A: 2002.38 mg; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 224.84 mg; Witamina E: 14.05 mg; Sód: 2581.17 mg; Wapń: 1354.61 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, jabłko deserowe 1szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), rukola 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2658.04 kcal; Białko ogółem: 135.85 g; Tłuszcz: 80.39 g; Węglowodany ogółem: 346.00 g; Witamina B12: 4.13 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.57 g; suma cukrów prostych: 75.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g; Magnez: 414.17 mg; Żelazo: 12.16 mg; Witamina A: 1284.01 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 179.33 mg; Witamina E: 7.90 mg; Sód: 1953.50 mg; Wapń: 1379.59 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 400g (1,2,13), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.44 kcal; Białko ogółem: 106.74 g; Tłuszcz: 85.93 g; Węglowodany ogółem: 298.43 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.66 g; suma cukrów prostych: 65.87 g; Błonnik pokarmowy: 15.67 g; Magnez: 326.00 mg; Żelazo: 10.54 mg; Witamina A: 2058.40 mg; Witamina B6: 2.21 mg; Witamina C: 106.61 mg; Witamina E: 14.20 mg; Sód: 1830.74 mg; Wapń: 950.92 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 400g (1,2,13), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2110.44 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 52.13 g; Węglowodany ogółem: 298.67 g; Witamina B12: 3.41 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.67 g; suma cukrów prostych: 62.77 g; Błonnik pokarmowy: 15.67 g; Magnez: 318.40 mg; Żelazo: 10.33 mg; Witamina A: 1436.50 mg; Witamina B6: 2.18 mg; Witamina C: 106.61 mg; Witamina E: 8.24 mg; Sód: 1256.34 mg; Wapń: 914.82 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 150g, papryka świeża 90g , roszponka 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), rukola 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2708.04 kcal; Białko ogółem: 135.95 g; Tłuszcz: 87.59 g; Węglowodany ogółem: 341.28 g; Witamina B12: 4.07 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.78 g; suma cukrów prostych: 71.68 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g; Magnez: 405.97 mg; Żelazo: 12.26 mg; Witamina A: 1360.81 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 178.33 mg; Witamina E: 8.07 mg; Sód: 2276.90 mg; Wapń: 1363.99 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet pieczony z indyka 30g , Banan 1 szt 200g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 90g, roszponka 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2622.84 kcal; Białko ogółem: 125.14 g; Tłuszcz: 87.78 g; Węglowodany ogółem: 335.55 g; Witamina B12: 3.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.72 g; suma cukrów prostych: 86.11 g; Błonnik pokarmowy: 20.23 g; Magnez: 359.47 mg; Żelazo: 10.38 mg; Witamina A: 1044.01 mg; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 85.13 mg; Witamina E: 7.24 mg; Sód: 1840.20 mg; Wapń: 1144.39 mg;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 150g, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g, chleb razowy 50g (1),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i szpinakiem 400g(1,2,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), rukola 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2687.04 kcal; Białko ogółem: 131.24 g; Tłuszcz: 95.05 g; Węglowodany ogółem: 318.31 g; Witamina B12: 3.65 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.82 g; suma cukrów prostych: 63.38 g; Błonnik pokarmowy: 32.54 g; Magnez: 473.72 mg; Żelazo: 16.15 mg; Witamina A: 2002.38 mg; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 224.84 mg; Witamina E: 14.05 mg; Sód: 2581.17 mg; Wapń: 1354.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Kalafiorowa z ziemniakami 200ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Masło 5g(2), ziemniaki 100g, Buraczki gotowane 100g^,	Grycikowa 200ml (1,8,13), brokuły gotowane z olejem 120 g, ziemniaki 100g, Masło 5g(2),
	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]: 2292.98 kcal; Białko ogółem: 117.20 g; Tłuszcz: 98.54 g; Węglowodany ogółem: 236.24 g; Witamina B12: 6.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.63 g; suma cukrów prostych: 80.64 g; Błonnik pokarmowy: 20.70 g; Magnez: 418.22 mg; Żelazo: 13.58 mg; Witamina A: 1593.34 mg; Witamina B6: 3.64 mg; Witamina C: 200.35 mg; Witamina E: 8.21 mg; Sód: 1858.53 mg; Wapń: 1222.10 mg;

Środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser capresi 40g (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 400g (1,2,13), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), rukola 10g, herbata 1 torebka, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2509.54 kcal; Białko ogółem: 116.64 g; Tłuszcz: 93.48 g; Węglowodany ogółem: 301.08 g; Witamina B12: 3.79 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.51 g; suma cukrów prostych: 64.38 g; Błonnik pokarmowy: 15.67 g; Magnez: 330.80 mg; Żelazo: 10.64 mg; Witamina A: 1970.20 mg; Witamina B6: 2.24 mg; Witamina C: 106.61 mg; Witamina E: 13.83 mg; Sód: 2019.14 mg; Wapń: 1077.82 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g (1,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , rozspanka 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2922.86 kcal; Białko ogółem: 120.40 g; Tłuszcz: 94.55 g; Węglowodany ogółem: 337.16 g; Witamina B12: 3.65 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.57 g; suma cukrów prostych: 85.12 g; Błonnik pokarmowy: 35.02 g; Magnez: 470.91 mg; Żelazo: 13.48 mg; Witamina A: 1032.24 mg; Witamina B6: 2.60 mg; Witamina C: 92.70 mg; Witamina E: 10.43 mg; Sód: 3895.37 mg; Wapń: 1062.29 mg;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g, Sos pietruszkowy 100g (1),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , rozspanka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2420.31 kcal; Białko ogółem: 105.12 g; Tłuszcz: 86.69 g; Węglowodany ogółem: 281.39 g; Witamina B12: 3.65 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.10 g; suma cukrów prostych: 81.66 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g; Magnez: 277.54 mg; Żelazo: 10.48 mg; Witamina A: 1221.90 mg; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 129.76 mg; Witamina E: 8.51 mg; Sód: 2527.91 mg; Wapń: 1017.96 mg;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt. 150g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g (1,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, rozspanka 10g,
II Śniadanie: Biskopki bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2663.16 kcal; Białko ogółem: 118.15 g; Tłuszcz: 95.38 g; Węglowodany ogółem: 296.28 g; Witamina B12: 3.29 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.96 g; suma cukrów prostych: 69.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.85 g; Magnez: 480.11 mg; Żelazo: 14.19 mg; Witamina A: 1028.44 mg; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 89.70 mg; Witamina E: 10.62 mg; Sód: 3672.37 mg; Wapń: 967.39 mg;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g (1,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , rozspanka 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biskopki bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3035.66 kcal; Białko ogółem: 123.70 g; Tłuszcz: 95.90 g; Węglowodany ogółem: 358.76 g; Witamina B12: 3.65 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.14 g; suma cukrów prostych: 85.69 g; Błonnik pokarmowy: 35.59 g; Magnez: 470.91 mg; Żelazo: 13.48 mg; Witamina A: 1032.24 mg; Witamina B6: 2.60 mg; Witamina C: 92.70 mg; Witamina E: 10.43 mg; Sód: 3895.37 mg; Wapń: 1062.29 mg;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g, Sos pietruszkowy 100g (1),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , rozspanka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2420.31 kcal; Białko ogółem: 105.12 g; Tłuszcz: 86.69 g; Węglowodany ogółem: 281.39 g; Witamina B12: 3.65 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.10 g; suma cukrów prostych: 81.66 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g; Magnez: 277.54 mg; Żelazo: 10.48 mg; Witamina A: 1221.90 mg; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 129.76 mg; Witamina E: 8.51 mg; Sód: 2527.91 mg; Wapń: 1017.96 mg;

czwartek 2026-07-23		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 , szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g, Sos pietruszkowy 100g (1),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2135.41 kcal; Białko ogółem: 114.25 g; Tłuszcz: 51.20 g; Węglowodany ogółem: 281.71 g; Witamina B12: 3.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.02 g; suma cukrów prostych: 83.11 g; Błonnik pokarmowy: 21.42 g; Magnez: 268.34 mg; Żelazo: 9.71 mg; Witamina A: 1049.00 mg; Witamina B6: 2.20 mg; Witamina C: 129.76 mg; Witamina E: 7.85 mg; Sód: 1733.91 mg; Wapń: 904.56 mg;

czwartek 2026-07-23		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt. 150g, Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g, Ser żółty 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g (1,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszponka 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3056.46 kcal; Białko ogółem: 130.40 g; Tłuszcz: 104.95 g; Węglowodany ogółem: 337.20 g; Witamina B12: 4.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.77 g; suma cukrów prostych: 85.16 g; Błonnik pokarmowy: 35.02 g; Magnez: 483.31 mg; Żelazo: 13.76 mg; Witamina A: 1142.64 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 92.70 mg; Witamina E: 10.58 mg; Sód: 4123.37 mg; Wapń: 1385.09 mg;

czwartek 2026-07-23		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), ser żółty 20g. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g (1,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.16 kcal; Białko ogółem: 111.19 g; Tłuszcz: 100.42 g; Węglowodany ogółem: 251.06 g; Witamina B12: 3.29 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.02 g; suma cukrów prostych: 68.12 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g; Magnez: 316.61 mg; Żelazo: 10.23 mg; Witamina A: 1145.44 mg; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 116.20 mg; Witamina E: 10.66 mg; Sód: 2638.87 mg; Wapń: 973.79 mg;

czwartek 2026-07-23		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwoprzys. węglowod. Oddz. Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt. 150g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g (1,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Biskopty bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2663.16 kcal; Białko ogółem: 118.15 g; Tłuszcz: 95.38 g; Węglowodany ogółem: 296.28 g; Witamina B12: 3.29 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.96 g; suma cukrów prostych: 69.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.85 g; Magnez: 480.11 mg; Żelazo: 14.19 mg; Witamina A: 1028.44 mg; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 89.70 mg; Witamina E: 10.62 mg; Sód: 3672.37 mg; Wapń: 967.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-07-23		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
herbata bez cukru 250ml, kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 100g, Marchew gotowana 100 g, Masło 10g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Ryżowa 350ml(8,13), brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.66 kcal; Białko ogółem: 123.09 g; Tłuszcz: 114.68 g; Węglowodany ogółem: 193.41 g; Witamina B12: 5.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.49 g; suma cukrów prostych: 62.69 g; Błonnik pokarmowy: 16.18 g; Magnez: 312.12 mg; Żelazo: 10.15 mg; Witamina A: 3164.00 mg; Witamina B6: 3.35 mg; Witamina C: 123.48 mg; Witamina E: 8.37 mg; Sód: 1304.58 mg; Wapń: 770.86 mg;

czwartek 2026-07-23		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbasa szynkowa dębowa 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), twaróg krajanka 50g(2), Pomidorki koktajlowe 90g, szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g, Sos pietruszkowy 100g (1),	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówki z fileta indyka 2szt. , roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2613.91 kcal; Białko ogółem: 126.57 g; Tłuszcz: 98.63 g; Węglowodany ogółem: 282.34 g; Witamina B12: 4.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.06 g; suma cukrów prostych: 83.17 g; Błonnik pokarmowy: 21.54 g; Magnez: 285.04 mg; Żelazo: 11.49 mg; Witamina A: 1132.80 mg; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 129.76 mg; Witamina E: 8.63 mg; Sód: 2930.21 mg; Wapń: 919.46 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, ogórek świeży 90g, szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, 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), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g, rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2353.17 kcal; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 76.77 g; Węglowodany ogółem: 308.50 g; Witamina B12: 8.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.21 g; suma cukrów prostych: 74.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g; Magnez: 383.98 mg; Żelazo: 14.40 mg; Witamina A: 1177.51 mg; Witamina B6: 3.44 mg; Witamina C: 139.78 mg; Witamina E: 7.67 mg; Sód: 3623.21 mg; Wapń: 993.09 mg;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, bułka wrocławska 50g (1),	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2576.43 kcal; Białko ogółem: 105.43 g; Tłuszcz: 83.79 g; Węglowodany ogółem: 353.99 g; Witamina B12: 8.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.65 g; suma cukrów prostych: 145.71 g; Błonnik pokarmowy: 18.97 g; Magnez: 321.53 mg; Żelazo: 11.59 mg; Witamina A: 1986.04 mg; Witamina B6: 3.37 mg; Witamina C: 160.77 mg; Witamina E: 9.98 mg; Sód: 3379.02 mg; Wapń: 1099.37 mg;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g, szpinak 10g,	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g, herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2203.89 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 72.02 g; Węglowodany ogółem: 267.44 g; Witamina B12: 8.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.94 g; suma cukrów prostych: 57.98 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; Magnez: 404.04 mg; Żelazo: 15.10 mg; Witamina A: 1299.79 mg; Witamina B6: 3.55 mg; Witamina C: 142.89 mg; Witamina E: 7.77 mg; Sód: 3687.71 mg; Wapń: 924.33 mg;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, ogórek świeży 90g, szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, 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), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g, rukola 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.62 kcal; Białko ogółem: 111.40 g; Tłuszcz: 78.14 g; Węglowodany ogółem: 316.68 g; Witamina B12: 8.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.48 g; suma cukrów prostych: 82.99 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g; Magnez: 394.89 mg; Żelazo: 14.85 mg; Witamina A: 1329.33 mg; Witamina B6: 3.54 mg; Witamina C: 150.69 mg; Witamina E: 8.11 mg; Sód: 3906.85 mg; Wapń: 1007.64 mg;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, bułka wrocławska 50g (1),	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2576.43 kcal; Białko ogółem: 105.43 g; Tłuszcz: 83.79 g; Węglowodany ogółem: 353.99 g; Witamina B12: 8.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.65 g; suma cukrów prostych: 145.71 g; Błonnik pokarmowy: 18.97 g; Magnez: 321.53 mg; Żelazo: 11.59 mg; Witamina A: 1986.04 mg; Witamina B6: 3.37 mg; Witamina C: 160.77 mg; Witamina E: 9.98 mg; Sód: 3379.02 mg; Wapń: 1099.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, bułka wrocławska 50g (1),	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z koperkiem 50g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2405.72 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 66.20 g; Węglowodany ogółem: 355.30 g; Witamina B12: 7.29 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.38 g; suma cukrów prostych: 147.25 g; Błonnik pokarmowy: 19.10 g; Magnez: 314.43 mg; Żelazo: 9.57 mg; Witamina A: 1650.39 mg; Witamina B6: 3.31 mg; Witamina C: 162.08 mg; Witamina E: 9.01 mg; Sód: 3256.95 mg; Wapń: 1100.13 mg;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Serek fromage 80g (2), arbuz 150g*, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, 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), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2676.17 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 111.72 g; Węglowodany ogółem: 310.75 g; Witamina B12: 8.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 58.83 g; suma cukrów prostych: 75.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g; Magnez: 388.48 mg; Żelazo: 14.50 mg; Witamina A: 1519.01 mg; Witamina B6: 3.45 mg; Witamina C: 140.58 mg; Witamina E: 8.75 mg; Sód: 3981.71 mg; Wapń: 999.09 mg;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 100g (2) 1szt, masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), Serek fromage 80g (2), kakao b/cukru 300ml (1,2), arbuz 150g*, szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt,	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, 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, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2756.11 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 119.08 g; Węglowodany ogółem: 330.81 g; Witamina B12: 7.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.35 g; suma cukrów prostych: 140.89 g; Błonnik pokarmowy: 19.20 g; Magnez: 304.03 mg; Żelazo: 11.66 mg; Witamina A: 2264.38 mg; Witamina B6: 3.24 mg; Witamina C: 163.42 mg; Witamina E: 12.41 mg; Sód: 3641.57 mg; Wapń: 801.92 mg;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2203.89 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 72.02 g; Węglowodany ogółem: 267.44 g; Witamina B12: 8.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.94 g; suma cukrów prostych: 57.98 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; Magnez: 404.04 mg; Żelazo: 15.10 mg; Witamina A: 1299.79 mg; Witamina B6: 3.55 mg; Witamina C: 142.89 mg; Witamina E: 7.77 mg; Sód: 3687.71 mg; Wapń: 924.33 mg;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
kakao bez cukru 250ml (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 100g, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Masło 10g(2), Masło 10g(2),	herbata bez cukru 250ml, Grysiówka 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]: 2142.43 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 92.87 g; Węglowodany ogółem: 220.46 g; Witamina B12: 4.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.65 g; suma cukrów prostych: 48.68 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; Magnez: 380.05 mg; Żelazo: 9.75 mg; Witamina A: 2225.09 mg; Witamina B6: 3.78 mg; Witamina C: 201.98 mg; Witamina E: 7.40 mg; Sód: 800.94 mg; Wapń: 1096.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-07-24		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Serek fromage 80g (2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, szpinak 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2945.93 kcal; Białko ogółem: 115.53 g; Tłuszcz: 119.29 g; Węglowodany ogółem: 356.54 g; Witamina B12: 8.42 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 59.27 g; suma cukrów prostych: 146.16 g; Błonnik pokarmowy: 19.17 g; Magnez: 326.03 mg; Żelazo: 11.69 mg; Witamina A: 2327.54 mg; Witamina B6: 3.38 mg; Witamina C: 161.57 mg; Witamina E: 11.05 mg; Sód: 3737.52 mg; Wapń: 1105.37 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), Ser żółty 40g (2), gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki 250g, Mizéria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.09 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 69.73 g; Węglowodany ogółem: 334.18 g; Witamina B12: 3.96 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; suma cukrów prostych: 77.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g; Magnez: 372.36 mg; Żelazo: 10.75 mg; Witamina A: 1409.85 mg; Witamina B6: 3.19 mg; Witamina C: 261.27 mg; Witamina E: 11.36 mg; Sód: 5612.26 mg; Wapń: 1223.00 mg;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2291.72 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 68.88 g; Węglowodany ogółem: 317.63 g; Witamina B12: 3.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.71 g; suma cukrów prostych: 69.97 g; Błonnik pokarmowy: 20.47 g; Magnez: 299.37 mg; Żelazo: 9.18 mg; Witamina A: 3119.95 mg; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 119.46 mg; Witamina E: 10.81 mg; Sód: 5257.88 mg; Wapń: 847.06 mg;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), pomidor malinowy 100g,	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g*, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Mizéria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2198.37 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 67.99 g; Węglowodany ogółem: 293.65 g; Witamina B12: 2.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.21 g; suma cukrów prostych: 71.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g; Magnez: 377.36 mg; Żelazo: 11.70 mg; Witamina A: 1487.70 mg; Witamina B6: 2.92 mg; Witamina C: 254.59 mg; Witamina E: 13.39 mg; Sód: 5640.37 mg; Wapń: 833.87 mg;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), Ser żółty 40g (2), gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, Mizéria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2360.69 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 70.25 g; Węglowodany ogółem: 325.78 g; Witamina B12: 3.96 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.43 g; suma cukrów prostych: 77.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g; Magnez: 344.76 mg; Żelazo: 10.03 mg; Witamina A: 1408.65 mg; Witamina B6: 2.80 mg; Witamina C: 248.07 mg; Witamina E: 11.30 mg; Sód: 5603.86 mg; Wapń: 1218.20 mg;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, Marchew gotowana 100 g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2134.87 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 66.33 g; Węglowodany ogółem: 285.48 g; Witamina B12: 3.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.04 g; suma cukrów prostych: 67.33 g; Błonnik pokarmowy: 16.84 g; Magnez: 264.32 mg; Żelazo: 8.19 mg; Witamina A: 2343.25 mg; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 105.21 mg; Witamina E: 9.39 mg; Sód: 5213.38 mg; Wapń: 826.81 mg;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), schab gotowany 100g, Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1952.72 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 49.47 g; Węglowodany ogółem: 283.33 g; Witamina B12: 3.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.18 g; suma cukrów prostych: 69.05 g; Błonnik pokarmowy: 17.93 g; Magnez: 244.07 mg; Żelazo: 7.96 mg; Witamina A: 3022.85 mg; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 106.12 mg; Witamina E: 7.69 mg; Sód: 2449.88 mg; Wapń: 828.07 mg;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), Ser żółty 40g (2), twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.69 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 69.86 g; Węglowodany ogółem: 311.33 g; Witamina B12: 4.41 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.57 g; suma cukrów prostych: 79.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g; Magnez: 349.26 mg; Żelazo: 10.13 mg; Witamina A: 1411.15 mg; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 248.07 mg; Witamina E: 11.31 mg; Sód: 5624.36 mg; Wapń: 1266.20 mg;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser żółty 20g. (2), pomidor malinowy 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2012.07 kcal; Białko ogółem: 96.28 g; Tłuszcz: 66.04 g; Węglowodany ogółem: 259.03 g; Witamina B12: 2.52 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.57 g; suma cukrów prostych: 61.36 g; Błonnik pokarmowy: 13.84 g; Magnez: 248.16 mg; Żelazo: 7.95 mg; Witamina A: 875.79 mg; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 113.47 mg; Witamina E: 9.00 mg; Sód: 5371.60 mg; Wapń: 714.26 mg;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), pomidor malinowy 100g,	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2155.22 kcal; Białko ogółem: 100.26 g; Tłuszcz: 64.91 g; Węglowodany ogółem: 293.95 g; Witamina B12: 2.79 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.46 g; suma cukrów prostych: 69.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g; Magnez: 364.17 mg; Żelazo: 11.44 mg; Witamina A: 3508.65 mg; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 234.86 mg; Witamina E: 13.20 mg; Sód: 5499.38 mg; Wapń: 783.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-07-25		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
herbata bez cukru 250ml, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 100g, Szpinak gotowany 100g (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 100 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
	Podwieczorek: Jarzynowa 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]: 2156.00 kcal; Białko ogółem: 120.76 g; Tłuszcz: 103.60 g; Węglowodany ogółem: 184.65 g; Witamina B12: 5.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.08 g; suma cukrów prostych: 56.67 g; Błonnik pokarmowy: 17.18 g; Magnez: 381.07 mg; Żelazo: 13.04 mg; Witamina A: 3520.60 mg; Witamina B6: 3.59 mg; Witamina C: 108.90 mg; Witamina E: 8.26 mg; Sód: 914.74 mg; Wapń: 815.09 mg;

sobota 2026-07-25		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, kiełbasa szynkowa dębowa 50g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2359.32 kcal; Białko ogółem: 117.93 g; Tłuszcz: 73.26 g; Węglowodany ogółem: 310.63 g; Witamina B12: 3.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.15 g; suma cukrów prostych: 86.56 g; Błonnik pokarmowy: 18.65 g; Magnez: 286.77 mg; Żelazo: 9.11 mg; Witamina A: 3150.75 mg; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 106.96 mg; Witamina E: 10.93 mg; Sód: 5265.48 mg; Wapń: 923.76 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), jabłko deserowe 1szt. 150g, pomidor malinowy 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, brukselka gotowana z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek zielony 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.29 kcal; Białko ogółem: 103.46 g; Tłuszcz: 80.27 g; Węglowodany ogółem: 273.53 g; Witamina B12: 4.72 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.74 g; suma cukrów prostych: 69.55 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g; Magnez: 337.84 mg; Żelazo: 11.74 mg; Witamina A: 1525.63 mg; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 166.05 mg; Witamina E: 10.20 mg; Sód: 2494.19 mg; Wapń: 963.48 mg;

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g, serek tartare 2 szt. (40g),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2163.95 kcal; Białko ogółem: 104.90 g; Tłuszcz: 79.70 g; Węglowodany ogółem: 259.61 g; Witamina B12: 3.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.30 g; suma cukrów prostych: 67.83 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Magnez: 292.77 mg; Żelazo: 8.61 mg; Witamina A: 1869.10 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 188.93 mg; Witamina E: 10.29 mg; Sód: 2195.54 mg; Wapń: 1063.18 mg;

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1szt. 150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, Brukselka gotowana na parze z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2100.72 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 76.91 g; Węglowodany ogółem: 233.31 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.11 g; suma cukrów prostych: 60.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g; Magnez: 373.74 mg; Żelazo: 13.44 mg; Witamina A: 1645.96 mg; Witamina B6: 2.90 mg; Witamina C: 174.93 mg; Witamina E: 9.80 mg; Sód: 2659.16 mg; Wapń: 844.31 mg;

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1szt. 150g, pomidor malinowy 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, brukselka gotowana z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek zielony 100g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.29 kcal; Białko ogółem: 113.86 g; Tłuszcz: 91.97 g; Węglowodany ogółem: 278.83 g; Witamina B12: 6.82 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.93 g; suma cukrów prostych: 73.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g; Magnez: 359.84 mg; Żelazo: 14.04 mg; Witamina A: 1813.63 mg; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 166.05 mg; Witamina E: 10.96 mg; Sód: 2673.19 mg; Wapń: 1113.48 mg;

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.95 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 89.40 g; Węglowodany ogółem: 260.21 g; Witamina B12: 5.59 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.30 g; suma cukrów prostych: 67.83 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Magnez: 304.77 mg; Żelazo: 10.81 mg; Witamina A: 2141.10 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 188.93 mg; Witamina E: 11.02 mg; Sód: 2336.54 mg; Wapń: 1110.18 mg;

niedziela 2026-07-26		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1930.70 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 47.39 g; Węglowodany ogółem: 264.59 g; Witamina B12: 3.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.91 g; suma cukrów prostych: 66.35 g; Błonnik pokarmowy: 24.63 g; Magnez: 288.12 mg; Żelazo: 7.95 mg; Witamina A: 1449.00 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 192.03 mg; Witamina E: 9.24 mg; Sód: 1338.64 mg; Wapń: 1050.14 mg;

niedziela 2026-07-26		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1szt. 150g, pomidor malinowy 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2), szynka dębowa 40g (1,2,8), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, brukselka gotowana z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek zielony 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.49 kcal; Białko ogółem: 118.18 g; Tłuszcz: 91.61 g; Węglowodany ogółem: 274.53 g; Witamina B12: 6.48 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.43 g; suma cukrów prostych: 69.55 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g; Magnez: 355.44 mg; Żelazo: 14.30 mg; Witamina A: 1797.63 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 166.05 mg; Witamina E: 11.02 mg; Sód: 2907.99 mg; Wapń: 1012.48 mg;

niedziela 2026-07-26		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, mus warzywno-owocowy 100g, pomidor malinowy 100g, Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 150g (2), 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*, brukselka gotowana z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, sok pomidorowy 200ml 1szt, herbata 1 torebka, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2167.74 kcal; Białko ogółem: 107.88 g; Tłuszcz: 77.55 g; Węglowodany ogółem: 257.59 g; Witamina B12: 3.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.44 g; suma cukrów prostych: 80.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g; Magnez: 270.85 mg; Żelazo: 8.74 mg; Witamina A: 1484.65 mg; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 192.36 mg; Witamina E: 10.71 mg; Sód: 2230.97 mg; Wapń: 798.38 mg;

niedziela 2026-07-26		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), pomidor malinowy 100g, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, Brukselka gotowana na parze z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2240.72 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 86.61 g; Węglowodany ogółem: 233.91 g; Witamina B12: 6.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.11 g; suma cukrów prostych: 60.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g; Magnez: 385.74 mg; Żelazo: 15.64 mg; Witamina A: 1917.96 mg; Witamina B6: 3.00 mg; Witamina C: 174.93 mg; Witamina E: 10.53 mg; Sód: 2800.16 mg; Wapń: 891.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-07-26		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
herbata bez cukru 250ml, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3),	Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Buraczki gotowane 100g^,	herbata bez cukru 250ml, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana z olejem 120g^, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	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]: 2251.65 kcal; Białko ogółem: 137.64 g; Tłuszcz: 121.68 g; Węglowodany ogółem: 145.00 g; Witamina B12: 7.63 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.11 g; suma cukrów prostych: 47.37 g; Błonnik pokarmowy: 15.17 g; Magnez: 342.40 mg; Żelazo: 13.65 mg; Witamina A: 3557.77 mg; Witamina B6: 3.36 mg; Witamina C: 74.37 mg; Witamina E: 8.02 mg; Sód: 1800.20 mg; Wapń: 1019.80 mg;

niedziela 2026-07-26		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g, kurczak gotowany premium 50g ,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, twarożek 50g(2)^, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2266.95 kcal; Białko ogółem: 124.30 g; Tłuszcz: 81.40 g; Węglowodany ogółem: 261.96 g; Witamina B12: 4.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.14 g; suma cukrów prostych: 69.63 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Magnez: 297.27 mg; Żelazo: 8.71 mg; Witamina A: 1871.60 mg; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 188.93 mg; Witamina E: 10.30 mg; Sód: 2577.04 mg; Wapń: 1111.18 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka grahamka 50g(1), schab na kartki 50g*, rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , arbuz 150g*,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, naleśniki ze szpinakiem 350g 2szt (1,2,3)^, Kompot b/c 300g, sos czosnkowy 100g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2883.52 kcal; Białko ogółem: 123.23 g; Tłuszcz: 89.32 g; Węglowodany ogółem: 395.02 g; Witamina B12: 4.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.22 g; suma cukrów prostych: 112.39 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g; Magnez: 385.38 mg; Żelazo: 14.35 mg; Witamina A: 1519.10 mg; Witamina B6: 2.92 mg; Witamina C: 207.29 mg; Witamina E: 12.16 mg; Sód: 2403.93 mg; Wapń: 1279.57 mg;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , arbuz 150g*,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2297.35 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 73.03 g; Węglowodany ogółem: 315.81 g; Witamina B12: 3.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.56 g; suma cukrów prostych: 82.95 g; Błonnik pokarmowy: 12.53 g; Magnez: 189.17 mg; Żelazo: 6.84 mg; Witamina A: 955.30 mg; Witamina B6: 1.68 mg; Witamina C: 89.01 mg; Witamina E: 6.97 mg; Sód: 1782.69 mg; Wapń: 855.59 mg;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), schab na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , arbuz 150g*,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, naleśniki ze szpinakiem 350g 2szt (1,2,3)^, sos czosnkowy 100g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2848.92 kcal; Białko ogółem: 141.73 g; Tłuszcz: 93.15 g; Węglowodany ogółem: 359.20 g; Witamina B12: 5.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.93 g; suma cukrów prostych: 75.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; Magnez: 447.03 mg; Żelazo: 17.94 mg; Witamina A: 2054.60 mg; Witamina B6: 3.05 mg; Witamina C: 224.51 mg; Witamina E: 13.20 mg; Sód: 2307.45 mg; Wapń: 1421.57 mg;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka grahamka 50g(1), schab na kartki 50g*, rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , arbuz 150g*,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, naleśniki ze szpinakiem 350g 2szt (1,2,3)^, Kompot b/c 300g, sos czosnkowy 100g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2943.52 kcal; Białko ogółem: 127.53 g; Tłuszcz: 91.32 g; Węglowodany ogółem: 401.22 g; Witamina B12: 5.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.41 g; suma cukrów prostych: 116.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g; Magnez: 402.38 mg; Żelazo: 14.45 mg; Witamina A: 1535.10 mg; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 208.29 mg; Witamina E: 12.19 mg; Sód: 2466.93 mg; Wapń: 1449.57 mg;

poniedziałek 2026-07-27 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 na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , arbuz 150g*,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2297.35 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 73.03 g; Węglowodany ogółem: 315.81 g; Witamina B12: 3.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.56 g; suma cukrów prostych: 82.95 g; Błonnik pokarmowy: 12.53 g; Magnez: 189.17 mg; Żelazo: 6.84 mg; Witamina A: 955.30 mg; Witamina B6: 1.68 mg; Witamina C: 89.01 mg; Witamina E: 6.97 mg; Sód: 1782.69 mg; Wapń: 855.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-27 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 , arbuz 150g*,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, 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]: 1931.05 kcal; Białko ogółem: 122.56 g; Tłuszcz: 54.35 g; Węglowodany ogółem: 238.77 g; Witamina B12: 3.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.81 g; suma cukrów prostych: 71.42 g; Błonnik pokarmowy: 9.43 g; Magnez: 217.72 mg; Żelazo: 5.97 mg; Witamina A: 875.70 mg; Witamina B6: 2.21 mg; Witamina C: 77.97 mg; Witamina E: 6.18 mg; Sód: 1616.74 mg; Wapń: 843.34 mg;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka grahamka 50g(1), schab na kartki 50g*, schab na kartki 50g*, rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , arbuz 150g*,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, naleśniki ze szpinakiem 350g 2szt (1,2,3)^, Kompot b/c 300g, sos czosnkowy 100g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2940.02 kcal; Białko ogółem: 133.23 g; Tłuszcz: 90.87 g; Węglowodany ogółem: 395.57 g; Witamina B12: 4.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.97 g; suma cukrów prostych: 112.39 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g; Magnez: 385.38 mg; Żelazo: 14.35 mg; Witamina A: 1519.10 mg; Witamina B6: 2.92 mg; Witamina C: 207.29 mg; Witamina E: 12.16 mg; Sód: 2403.93 mg; Wapń: 1279.57 mg;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, ser żółty 20g. (2), rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , arbuz 150g*,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, naleśniki ze szpinakiem 350g 2szt (1,2,3)^, Kompot b/c 300g, sos czosnkowy 100g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2569.82 kcal; Białko ogółem: 113.57 g; Tłuszcz: 95.12 g; Węglowodany ogółem: 315.19 g; Witamina B12: 4.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.69 g; suma cukrów prostych: 98.84 g; Błonnik pokarmowy: 17.36 g; Magnez: 268.88 mg; Żelazo: 11.52 mg; Witamina A: 1176.40 mg; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 95.39 mg; Witamina E: 10.58 mg; Sód: 1756.43 mg; Wapń: 1152.57 mg;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), schab na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , mus warzywno-owocowy 100g,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, naleśniki ze szpinakiem 350g 2szt (1,2,3)^, sos czosnkowy 100g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2873.92 kcal; Białko ogółem: 141.31 g; Tłuszcz: 93.10 g; Węglowodany ogółem: 363.40 g; Witamina B12: 5.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.93 g; suma cukrów prostych: 76.53 g; Błonnik pokarmowy: 33.59 g; Magnez: 444.03 mg; Żelazo: 17.64 mg; Witamina A: 1997.60 mg; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 228.51 mg; Witamina E: 13.05 mg; Sód: 2305.95 mg; Wapń: 1412.57 mg;

poniedziałek 2026-07-27 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.,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, 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 gotowane z olejem 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]: 2212.83 kcal; Białko ogółem: 155.66 g; Tłuszcz: 92.63 g; Węglowodany ogółem: 194.11 g; Witamina B12: 5.75 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.12 g; suma cukrów prostych: 64.02 g; Błonnik pokarmowy: 15.55 g; Magnez: 365.28 mg; Żelazo: 9.55 mg; Witamina A: 1820.99 mg; Witamina B6: 3.72 mg; Witamina C: 153.44 mg; Witamina E: 7.32 mg; Sód: 1698.47 mg; Wapń: 1148.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-27		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 na kartki 50g*, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , arbuż 150g*,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), herbata 1 torebka, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2589.15 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 94.79 g; Węglowodany ogółem: 316.65 g; Witamina B12: 5.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.09 g; suma cukrów prostych: 82.95 g; Błonnik pokarmowy: 12.59 g; Magnez: 208.97 mg; Żelazo: 9.82 mg; Witamina A: 1228.50 mg; Witamina B6: 1.89 mg; Witamina C: 89.01 mg; Witamina E: 7.96 mg; Sód: 2326.89 mg; Wapń: 911.59 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-28 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, brzoskwinia 1szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 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, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2343.94 kcal; Białko ogółem: 103.23 g; Tłuszcz: 85.01 g; Węglowodany ogółem: 285.10 g; Witamina B12: 7.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.11 g; suma cukrów prostych: 65.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; Magnez: 371.19 mg; Żelazo: 12.41 mg; Witamina A: 1985.87 mg; Witamina B6: 1.63 mg; Witamina C: 77.50 mg; Witamina E: 12.30 mg; Sód: 2978.35 mg; Wapń: 1009.41 mg;

wtorek 2026-07-28 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, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ryż biały gotowany 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)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2576.78 kcal; Białko ogółem: 104.62 g; Tłuszcz: 89.20 g; Węglowodany ogółem: 334.08 g; Witamina B12: 7.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.07 g; suma cukrów prostych: 105.44 g; Błonnik pokarmowy: 16.11 g; Magnez: 279.29 mg; Żelazo: 10.80 mg; Witamina A: 2085.17 mg; Witamina B6: 1.39 mg; Witamina C: 73.16 mg; Witamina E: 13.36 mg; Sód: 2649.41 mg; Wapń: 960.83 mg;

wtorek 2026-07-28 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), brzoskwinia 1szt, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 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, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2221.04 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 83.05 g; Węglowodany ogółem: 257.30 g; Witamina B12: 7.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.94 g; suma cukrów prostych: 49.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.92 g; Magnez: 384.69 mg; Żelazo: 12.68 mg; Witamina A: 2241.87 mg; Witamina B6: 1.62 mg; Witamina C: 75.50 mg; Witamina E: 12.37 mg; Sód: 3104.75 mg; Wapń: 858.81 mg;

wtorek 2026-07-28 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, brzoskwinia 1szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 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, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.94 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 85.65 g; Węglowodany ogółem: 301.30 g; Witamina B12: 7.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.11 g; suma cukrów prostych: 65.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g; Magnez: 371.19 mg; Żelazo: 12.41 mg; Witamina A: 1985.87 mg; Witamina B6: 1.63 mg; Witamina C: 77.50 mg; Witamina E: 12.30 mg; Sód: 2978.35 mg; Wapń: 1009.41 mg;

wtorek 2026-07-28 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, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ryż biały gotowany 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), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.98 kcal; Białko ogółem: 107.45 g; Tłuszcz: 71.50 g; Węglowodany ogółem: 335.16 g; Witamina B12: 6.73 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.74 g; suma cukrów prostych: 106.93 g; Błonnik pokarmowy: 16.11 g; Magnez: 271.69 mg; Żelazo: 8.69 mg; Witamina A: 1734.27 mg; Witamina B6: 1.34 mg; Witamina C: 73.16 mg; Witamina E: 12.38 mg; Sód: 2528.01 mg; Wapń: 960.23 mg;

wtorek 2026-07-28		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, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ryż biały gotowany 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), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posilek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2207.54 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 60.92 g; Węglowodany ogółem: 312.89 g; Witamina B12: 8.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.42 g; suma cukrów prostych: 102.37 g; Błonnik pokarmowy: 12.55 g; Magnez: 270.00 mg; Żelazo: 10.08 mg; Witamina A: 1440.10 mg; Witamina B6: 1.24 mg; Witamina C: 65.44 mg; Witamina E: 9.49 mg; Sód: 2252.52 mg; Wapń: 1052.41 mg;

wtorek 2026-07-28		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), brzoskwinia 1szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 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, roszponka 10g,
		Posilek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2420.74 kcal; Białko ogółem: 105.24 g; Tłuszcz: 92.21 g; Węglowodany ogółem: 286.06 g; Witamina B12: 8.27 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.21 g; suma cukrów prostych: 68.92 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; Magnez: 379.19 mg; Żelazo: 12.61 mg; Witamina A: 2347.87 mg; Witamina B6: 1.68 mg; Witamina C: 77.50 mg; Witamina E: 13.44 mg; Sód: 3374.35 mg; Wapń: 1064.41 mg;

wtorek 2026-07-28		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, brzoskwinia 1szt, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, miód 1 szt.(25g), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 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)^, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posilek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2330.12 kcal; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 96.88 g; Węglowodany ogółem: 265.18 g; Witamina B12: 7.59 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.19 g; suma cukrów prostych: 79.08 g; Błonnik pokarmowy: 18.49 g; Magnez: 303.47 mg; Żelazo: 10.94 mg; Witamina A: 2408.91 mg; Witamina B6: 1.45 mg; Witamina C: 74.37 mg; Witamina E: 15.55 mg; Sód: 2994.48 mg; Wapń: 836.62 mg;

wtorek 2026-07-28		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), brzoskwinia 1szt, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 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, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posilek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2221.04 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 83.05 g; Węglowodany ogółem: 257.30 g; Witamina B12: 7.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.94 g; suma cukrów prostych: 49.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.92 g; Magnez: 384.69 mg; Żelazo: 12.68 mg; Witamina A: 2241.87 mg; Witamina B6: 1.62 mg; Witamina C: 75.50 mg; Witamina E: 12.37 mg; Sód: 3104.75 mg; Wapń: 858.81 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-28 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Marchew gotowana 100 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Grysikowa 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]: 2192.43 kcal; Białko ogółem: 141.41 g; Tłuszcz: 94.43 g; Węglowodany ogółem: 190.13 g; Witamina B12: 6.19 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.48 g; suma cukrów prostych: 58.74 g; Błonnik pokarmowy: 16.58 g; Magnez: 333.65 mg; Żelazo: 11.18 mg; Witamina A: 3987.49 mg; Witamina B6: 3.20 mg; Witamina C: 65.84 mg; Witamina E: 7.31 mg; Sód: 1900.87 mg; Wapń: 977.98 mg;

wtorek 2026-07-28 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, brzoskwinia 1szt, ser capresi 40g (2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Szpinakowa z zacierką 350ml(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ryż biały gotowany 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)^, roszonek 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g, szynka dębową 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2673.68 kcal; Białko ogółem: 121.66 g; Tłuszcz: 94.40 g; Węglowodany ogółem: 334.33 g; Witamina B12: 7.40 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.50 g; suma cukrów prostych: 107.39 g; Błonnik pokarmowy: 16.38 g; Magnez: 293.14 mg; Żelazo: 9.75 mg; Witamina A: 2063.37 mg; Witamina B6: 1.56 mg; Witamina C: 81.60 mg; Witamina E: 13.31 mg; Sód: 2874.81 mg; Wapń: 1140.29 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-29 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,	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), kasza gryczana 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]: 2475.57 kcal; Białko ogółem: 89.31 g; Tłuszcz: 70.96 g; Węglowodany ogółem: 330.60 g; Witamina B12: 3.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 77.35 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g; Magnez: 428.42 mg; Żelazo: 11.80 mg; Witamina A: 1223.19 mg; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 249.78 mg; Witamina E: 12.73 mg; Sód: 2602.06 mg; Wapń: 1203.56 mg;

środa 2026-07-29 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz z indyka 250g (1,13), buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), 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]: 2136.49 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 74.20 g; Węglowodany ogółem: 273.82 g; Witamina B12: 3.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.84 g; suma cukrów prostych: 80.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g; Magnez: 262.57 mg; Żelazo: 10.32 mg; Witamina A: 1391.75 mg; Witamina B6: 1.59 mg; Witamina C: 103.55 mg; Witamina E: 9.19 mg; Sód: 2553.50 mg; Wapń: 918.19 mg;

środa 2026-07-29 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), Gulasz wołowy 160g (1), 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: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2268.83 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz: 77.99 g; Węglowodany ogółem: 306.90 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.20 g; suma cukrów prostych: 60.77 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g; Magnez: 377.48 mg; Żelazo: 11.74 mg; Witamina A: 1286.13 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 269.08 mg; Witamina E: 12.83 mg; Sód: 2601.53 mg; Wapń: 1254.71 mg;

środa 2026-07-29 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,	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), kasza gryczana 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]: 2535.57 kcal; Białko ogółem: 93.61 g; Tłuszcz: 72.96 g; Węglowodany ogółem: 336.80 g; Witamina B12: 3.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.69 g; suma cukrów prostych: 81.55 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g; Magnez: 445.42 mg; Żelazo: 11.90 mg; Witamina A: 1239.19 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 250.78 mg; Witamina E: 12.76 mg; Sód: 2665.06 mg; Wapń: 1373.56 mg;

środa 2026-07-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz z indyka 250g (1,13), surówka z czerwonej kapusty 150g, Kasza jęczmienna 200g*(1), 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),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2240.53 kcal; Białko ogółem: 95.75 g; Tłuszcz: 84.37 g; Węglowodany ogółem: 275.86 g; Witamina B12: 3.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.31 g; suma cukrów prostych: 81.10 g; Błonnik pokarmowy: 21.73 g; Magnez: 262.40 mg; Żelazo: 8.69 mg; Witamina A: 1585.90 mg; Witamina B6: 1.93 mg; Witamina C: 167.47 mg; Witamina E: 14.44 mg; Sód: 2107.47 mg; Wapń: 940.02 mg;

środa 2026-07-29 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 ^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g,	masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg 50g(2)^, szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1983.11 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 268.95 g; Witamina B12: 3.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.26 g; suma cukrów prostych: 77.73 g; Błonnik pokarmowy: 20.98 g; Magnez: 299.14 mg; Żelazo: 10.54 mg; Witamina A: 777.65 mg; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 103.55 mg; Witamina E: 6.79 mg; Sód: 2054.36 mg; Wapń: 887.26 mg;

środa 2026-07-29 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),	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), kasza gryczana 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]: 2585.57 kcal; Białko ogółem: 93.71 g; Tłuszcz: 80.16 g; Węglowodany ogółem: 332.08 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.90 g; suma cukrów prostych: 77.39 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g; Magnez: 437.22 mg; Żelazo: 12.00 mg; Witamina A: 1315.99 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 249.78 mg; Witamina E: 12.93 mg; Sód: 2988.46 mg; Wapń: 1357.96 mg;

środa 2026-07-29 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), mus warzywno-owocowy 100g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 90g, roszponka 10g,	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), kasza gryczana 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]: 2213.97 kcal; Białko ogółem: 75.39 g; Tłuszcz: 78.63 g; Węglowodany ogółem: 257.52 g; Witamina B12: 2.64 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.48 g; suma cukrów prostych: 62.86 g; Błonnik pokarmowy: 24.40 g; Magnez: 271.32 mg; Żelazo: 7.23 mg; Witamina A: 983.19 mg; Witamina B6: 1.65 mg; Witamina C: 157.58 mg; Witamina E: 10.84 mg; Sód: 1903.76 mg; Wapń: 1106.46 mg;

środa 2026-07-29 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), Gulasz wołowy 160g (1), kasza gryczana 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: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.83 kcal; Białko ogółem: 95.83 g; Tłuszcz: 80.89 g; Węglowodany ogółem: 290.20 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.78 g; suma cukrów prostych: 60.47 g; Błonnik pokarmowy: 33.30 g; Magnez: 407.48 mg; Żelazo: 11.54 mg; Witamina A: 1284.13 mg; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 247.08 mg; Witamina E: 12.83 mg; Sód: 2587.53 mg; Wapń: 1255.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-29		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 mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane z olejem 120g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły gotowane z olejem 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]: 2201.15 kcal; Białko ogółem: 117.51 g; Tłuszcz: 104.64 g; Węglowodany ogółem: 197.17 g; Witamina B12: 6.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.23 g; suma cukrów prostych: 80.90 g; Błonnik pokarmowy: 16.79 g; Magnez: 368.13 mg; Żelazo: 12.58 mg; Witamina A: 1716.85 mg; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 139.83 mg; Witamina E: 8.47 mg; Sód: 970.20 mg; Wapń: 1220.04 mg;

środa 2026-07-29		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 ^, mus warzywno-owocowy 100g, 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), Gulasz z indyka 250g (1,13), buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Kiełbasa 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]: 2297.99 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 85.35 g; Węglowodany ogółem: 276.95 g; Witamina B12: 3.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.24 g; suma cukrów prostych: 80.90 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g; Magnez: 271.37 mg; Żelazo: 10.52 mg; Witamina A: 1484.55 mg; Witamina B6: 1.65 mg; Witamina C: 103.55 mg; Witamina E: 9.39 mg; Sód: 2939.90 mg; Wapń: 1072.59 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , fasolka szparagowa gotowana 150g, 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]: 2675.69 kcal; Białko ogółem: 114.85 g; Tłuszcz: 74.40 g; Węglowodany ogółem: 363.53 g; Witamina B12: 3.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.63 g; suma cukrów prostych: 80.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.20 g; Magnez: 460.89 mg; Żelazo: 13.78 mg; Witamina A: 1044.34 mg; Witamina B6: 3.32 mg; Witamina C: 137.25 mg; Witamina E: 8.95 mg; Sód: 3763.36 mg; Wapń: 1006.96 mg;

czwartek 2026-07-30 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,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), szpinak gotowany 150g (2), ziemniaki gotowane 200g , 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]: 2431.54 kcal; Białko ogółem: 108.49 g; Tłuszcz: 76.25 g; Węglowodany ogółem: 302.26 g; Witamina B12: 3.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.88 g; suma cukrów prostych: 72.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g; Magnez: 350.89 mg; Żelazo: 12.39 mg; Witamina A: 2040.34 mg; Witamina B6: 3.22 mg; Witamina C: 191.10 mg; Witamina E: 10.73 mg; Sód: 2489.16 mg; Wapń: 962.06 mg;

czwartek 2026-07-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), 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,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , fasolka szparagowa gotowana 150g, 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]: 2269.79 kcal; Białko ogółem: 111.03 g; Tłuszcz: 70.44 g; Węglowodany ogółem: 297.07 g; Witamina B12: 3.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.36 g; suma cukrów prostych: 49.93 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g; Magnez: 461.09 mg; Żelazo: 14.26 mg; Witamina A: 985.54 mg; Witamina B6: 3.37 mg; Witamina C: 159.05 mg; Witamina E: 8.45 mg; Sód: 3629.36 mg; Wapń: 743.16 mg;

czwartek 2026-07-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , fasolka szparagowa gotowana 150g, 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]: 2753.69 kcal; Białko ogółem: 116.45 g; Tłuszcz: 75.04 g; Węglowodany ogółem: 379.73 g; Witamina B12: 3.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.63 g; suma cukrów prostych: 80.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.80 g; Magnez: 460.89 mg; Żelazo: 13.78 mg; Witamina A: 1044.34 mg; Witamina B6: 3.32 mg; Witamina C: 137.25 mg; Witamina E: 8.95 mg; Sód: 3763.36 mg; Wapń: 1006.96 mg;

czwartek 2026-07-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), szpinak gotowany 150g (2), ziemniaki gotowane 200g , 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*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2431.54 kcal; Białko ogółem: 108.49 g; Tłuszcz: 76.25 g; Węglowodany ogółem: 302.26 g; Witamina B12: 3.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.88 g; suma cukrów prostych: 72.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g; Magnez: 350.89 mg; Żelazo: 12.39 mg; Witamina A: 2040.34 mg; Witamina B6: 3.22 mg; Witamina C: 191.10 mg; Witamina E: 10.73 mg; Sód: 2489.16 mg; Wapń: 962.06 mg;

czwartek 2026-07-30		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,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, szpinak gotowany 150g (2), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.50 kcal; Białko ogółem: 116.31 g; Tłuszcz: 52.82 g; Węglowodany ogółem: 298.81 g; Witamina B12: 3.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.21 g; suma cukrów prostych: 71.04 g; Błonnik pokarmowy: 22.03 g; Magnez: 342.25 mg; Żelazo: 11.04 mg; Witamina A: 1809.50 mg; Witamina B6: 3.21 mg; Witamina C: 179.49 mg; Witamina E: 9.31 mg; Sód: 1678.60 mg; Wapń: 931.39 mg;

czwartek 2026-07-30		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), 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),	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ogórek kiszony 90g , roszponka 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2809.29 kcal; Białko ogółem: 124.85 g; Tłuszcz: 84.80 g; Węglowodany ogółem: 363.57 g; Witamina B12: 4.59 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.83 g; suma cukrów prostych: 80.21 g; Błonnik pokarmowy: 34.20 g; Magnez: 473.29 mg; Żelazo: 14.06 mg; Witamina A: 1154.74 mg; Witamina B6: 3.33 mg; Witamina C: 137.25 mg; Witamina E: 9.11 mg; Sód: 3991.36 mg; Wapń: 1329.76 mg;

czwartek 2026-07-30		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),	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), roszponka 10g, herbata 1 torebka, sok pomidorowy 200ml 1szt, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2395.01 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 76.51 g; Węglowodany ogółem: 283.92 g; Witamina B12: 3.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.85 g; suma cukrów prostych: 70.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g; Magnez: 310.67 mg; Żelazo: 10.65 mg; Witamina A: 1187.42 mg; Witamina B6: 3.04 mg; Witamina C: 156.29 mg; Witamina E: 8.54 mg; Sód: 2690.97 mg; Wapń: 817.30 mg;

czwartek 2026-07-30		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), kiwi 1szt. 70g, kiełbasa szynkowa dębowa 30g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), sok pomidorowy 200ml 1szt, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
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: 112.86 g; Tłuszcz: 71.71 g; Węglowodany ogółem: 303.54 g; Witamina B12: 3.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.61 g; suma cukrów prostych: 58.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g; Magnez: 433.30 mg; Żelazo: 14.35 mg; Witamina A: 1122.06 mg; Witamina B6: 3.47 mg; Witamina C: 166.36 mg; Witamina E: 8.89 mg; Sód: 3280.30 mg; Wapń: 741.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-07-30		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 mroż. 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 2026-07-30		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,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), szpinak gotowany 150g (2), ziemniaki gotowane 200g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 90g 3szt. (1,11), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2553.94 kcal; Białko ogółem: 122.39 g; Tłuszcz: 82.83 g; Węglowodany ogółem: 302.68 g; Witamina B12: 4.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.15 g; suma cukrów prostych: 72.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.00 g; Magnez: 354.79 mg; Żelazo: 12.78 mg; Witamina A: 2040.94 mg; Witamina B6: 3.28 mg; Witamina C: 191.10 mg; Witamina E: 10.86 mg; Sód: 2690.76 mg; Wapń: 966.56 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), ser capresi 40g (2), arbus 150g*, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2), dżem 25g - 1 szt.,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkami 150g (11,13), 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]: 2598.43 kcal; Białko ogółem: 104.69 g; Tłuszcz: 89.42 g; Węglowodany ogółem: 346.69 g; Witamina B12: 5.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.54 g; suma cukrów prostych: 115.38 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g; Magnez: 358.90 mg; Żelazo: 11.83 mg; Witamina A: 1412.52 mg; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 121.76 mg; Witamina E: 12.39 mg; Sód: 3027.68 mg; Wapń: 1164.76 mg;

piątek 2026-07-31 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), ser capresi 40g (2), arbus 150g*, 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)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*, ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, 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]: 2438.45 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 69.37 g; Węglowodany ogółem: 365.87 g; Witamina B12: 4.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.41 g; suma cukrów prostych: 153.35 g; Błonnik pokarmowy: 23.25 g; Magnez: 327.65 mg; Żelazo: 10.32 mg; Witamina A: 2895.59 mg; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 153.53 mg; Witamina E: 8.84 mg; Sód: 2650.39 mg; Wapń: 1245.82 mg;

piątek 2026-07-31 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), arbus 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkami 150g (11,13), 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]: 1853.31 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 49.63 g; Węglowodany ogółem: 240.25 g; Witamina B12: 4.07 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.49 g; suma cukrów prostych: 60.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.02 g; Magnez: 341.66 mg; Żelazo: 10.22 mg; Witamina A: 1282.09 mg; Witamina B6: 2.40 mg; Witamina C: 109.04 mg; Witamina E: 5.74 mg; Sód: 2564.65 mg; Wapń: 940.59 mg;

piątek 2026-07-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), ser capresi 40g (2), arbus 150g*, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkami 150g (11,13), 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]: 2520.88 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 90.58 g; Węglowodany ogółem: 317.07 g; Witamina B12: 5.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.80 g; suma cukrów prostych: 86.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g; Magnez: 364.81 mg; Żelazo: 11.98 mg; Witamina A: 1563.33 mg; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 121.27 mg; Witamina E: 12.77 mg; Sód: 3310.32 mg; Wapń: 1166.30 mg;

piątek 2026-07-31 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), ser capresi 40g (2), arbus 150g*, 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)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw 150g, Sos grecki 150g (1,2,13)*, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, 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]: 2438.45 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 69.37 g; Węglowodany ogółem: 365.87 g; Witamina B12: 4.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.41 g; suma cukrów prostych: 153.35 g; Błonnik pokarmowy: 23.25 g; Magnez: 327.65 mg; Żelazo: 10.32 mg; Witamina A: 2895.59 mg; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 153.53 mg; Witamina E: 8.84 mg; Sód: 2650.39 mg; Wapń: 1245.82 mg;

piątek 2026-07-31		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Masło 10g(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, 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)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkami 150g (11,13), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, 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]: 2347.32 kcal; Białko ogółem: 104.64 g; Tłuszcz: 55.30 g; Węglowodany ogółem: 370.19 g; Witamina B12: 4.84 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.91 g; suma cukrów prostych: 156.71 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g; Magnez: 325.75 mg; Żelazo: 10.66 mg; Witamina A: 2279.59 mg; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 151.95 mg; Witamina E: 9.02 mg; Sód: 2571.12 mg; Wapń: 1173.45 mg;

piątek 2026-07-31		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), arbuz 150g*, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkami 150g (11,13), 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]: 2707.43 kcal; Białko ogółem: 109.99 g; Tłuszcz: 115.22 g; Węglowodany ogółem: 311.41 g; Witamina B12: 4.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.89 g; suma cukrów prostych: 80.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; Magnez: 354.10 mg; Żelazo: 11.53 mg; Witamina A: 1662.72 mg; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 111.16 mg; Witamina E: 13.21 mg; Sód: 3019.28 mg; Wapń: 1051.36 mg;

piątek 2026-07-31		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), arbuz 150g*, szpinak 10g, dżem 25g x 2 szt.,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkami 150g (11,13), 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]: 2602.66 kcal; Białko ogółem: 103.59 g; Tłuszcz: 92.29 g; Węglowodany ogółem: 341.31 g; Witamina B12: 5.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.83 g; suma cukrów prostych: 141.92 g; Błonnik pokarmowy: 18.60 g; Magnez: 286.08 mg; Żelazo: 11.91 mg; Witamina A: 1600.51 mg; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 118.63 mg; Witamina E: 14.92 mg; Sód: 2224.91 mg; Wapń: 876.82 mg;

piątek 2026-07-31		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), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkami 150g (11,13), 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]: 1853.31 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 49.63 g; Węglowodany ogółem: 240.25 g; Witamina B12: 4.07 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.49 g; suma cukrów prostych: 60.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.02 g; Magnez: 341.66 mg; Żelazo: 10.22 mg; Witamina A: 1282.09 mg; Witamina B6: 2.40 mg; Witamina C: 109.04 mg; Witamina E: 5.74 mg; Sód: 2564.65 mg; Wapń: 940.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-07-31		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 mroż. 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, Grycikowa 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 2026-07-31		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), arbuz 150g*, 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)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	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]: 2559.26 kcal; Białko ogółem: 119.11 g; Tłuszcz: 71.46 g; Węglowodany ogółem: 366.35 g; Witamina B12: 6.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.78 g; suma cukrów prostych: 154.18 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g; Magnez: 333.05 mg; Żelazo: 12.28 mg; Witamina A: 3061.04 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 152.22 mg; Witamina E: 9.36 mg; Sód: 2417.96 mg; Wapń: 1165.86 mg;

Dietetyk

.....