

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-21 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 , jabłko deserowe 1szt. 153g,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Racuchy z jabłkiem 2szt. (1,2), Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	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]: 2916.39 kcal; Białko ogółem: 119.75 g; Tłuszcz: 88.89 g; Węglowodany ogółem: 411.27 g; Witamina B12: 4.26 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.94 g; suma cukrów prostych: 119.43 g; Błonnik pokarmowy: 37.07 g; Magnez: 385.56 mg; Żelazo: 15.03 mg; Witamina A: 3225.02 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 212.44 mg; Witamina E: 14.35 mg; Sód: 2423.50 mg; Wapń: 1125.82 mg;

poniedziałek 2026-09-21 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 , sok owocowy 100% 200ml. 1szt.,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	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]: 2378.90 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 73.40 g; Węglowodany ogółem: 341.11 g; Witamina B12: 3.59 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.62 g; suma cukrów prostych: 104.25 g; Błonnik pokarmowy: 18.78 g; Magnez: 216.20 mg; Żelazo: 7.39 mg; Witamina A: 3452.40 mg; Witamina B6: 1.62 mg; Witamina C: 86.43 mg; Witamina E: 8.60 mg; Sód: 1899.31 mg; Wapń: 1024.35 mg;

poniedziałek 2026-09-21 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 , jabłko deserowe 1szt. 153g,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, brązowy z jabłkiem, serem i cynamonem 350g(2), Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	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]: 2464.14 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 81.39 g; Węglowodany ogółem: 325.96 g; Witamina B12: 3.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.38 g; suma cukrów prostych: 101.22 g; Błonnik pokarmowy: 37.31 g; Magnez: 413.96 mg; Żelazo: 14.77 mg; Witamina A: 3171.02 mg; Witamina B6: 2.77 mg; Witamina C: 206.98 mg; Witamina E: 12.42 mg; Sód: 2230.00 mg; Wapń: 1161.42 mg;

poniedziałek 2026-09-21 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 , jabłko deserowe 1szt. 153g,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Racuchy z jabłkiem 2szt. (1,2), Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	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]: 2976.39 kcal; Białko ogółem: 124.05 g; Tłuszcz: 90.89 g; Węglowodany ogółem: 417.47 g; Witamina B12: 4.76 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.13 g; suma cukrów prostych: 123.63 g; Błonnik pokarmowy: 37.07 g; Magnez: 402.56 mg; Żelazo: 15.13 mg; Witamina A: 3241.02 mg; Witamina B6: 2.92 mg; Witamina C: 213.44 mg; Witamina E: 14.38 mg; Sód: 2486.50 mg; Wapń: 1295.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-09-21		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, sok owocowy 100% 200ml. 1szt.,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g, Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	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]: 2378.90 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 73.40 g; Węglowodany ogółem: 341.11 g; Witamina B12: 3.59 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.62 g; suma cukrów prostych: 104.25 g; Błonnik pokarmowy: 18.78 g; Magnez: 216.20 mg; Żelazo: 7.39 mg; Witamina A: 3452.40 mg; Witamina B6: 1.62 mg; Witamina C: 86.43 mg; Witamina E: 8.60 mg; Sód: 1899.31 mg; Wapń: 1024.35 mg;

poniedziałek 2026-09-21		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g, jabłko deserowe 1szt. 153g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	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]: 2044.10 kcal; Białko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 55.23 g; Węglowodany ogółem: 272.58 g; Witamina B12: 3.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.92 g; suma cukrów prostych: 98.37 g; Błonnik pokarmowy: 18.74 g; Magnez: 244.34 mg; Żelazo: 6.78 mg; Witamina A: 3376.92 mg; Witamina B6: 2.16 mg; Witamina C: 87.17 mg; Witamina E: 8.54 mg; Sód: 1734.42 mg; Wapń: 1009.22 mg;

poniedziałek 2026-09-21		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, jabłko deserowe 1szt. 153g,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Racuchy z jabłkiem 2szt. (1,2), Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	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),
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2972.89 kcal; Białko ogółem: 129.75 g; Tłuszcz: 90.44 g; Węglowodany ogółem: 411.82 g; Witamina B12: 4.26 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.69 g; suma cukrów prostych: 119.43 g; Błonnik pokarmowy: 37.07 g; Magnez: 385.56 mg; Żelazo: 15.03 mg; Witamina A: 3225.02 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 212.44 mg; Witamina E: 14.35 mg; Sód: 2423.50 mg; Wapń: 1125.82 mg;

poniedziałek 2026-09-21		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, jabłko deserowe 1szt. 153g,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Racuchy z jabłkiem 2szt. (1,2), Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	bułka wrocławska 100g (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]: 2602.69 kcal; Białko ogółem: 110.09 g; Tłuszcz: 94.70 g; Węglowodany ogółem: 331.44 g; Witamina B12: 3.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.40 g; suma cukrów prostych: 105.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g; Magnez: 269.06 mg; Żelazo: 12.20 mg; Witamina A: 2882.32 mg; Witamina B6: 2.18 mg; Witamina C: 100.54 mg; Witamina E: 12.76 mg; Sód: 1776.00 mg; Wapń: 998.82 mg;

poniedziałek 2026-09-21		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)^, ryż brązowy z jabłkiem, serem i cynamonem 350g(2), Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	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]: 2466.64 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 80.87 g; Węglowodany ogółem: 324.25 g; Witamina B12: 3.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.32 g; suma cukrów prostych: 98.48 g; Błonnik pokarmowy: 38.93 g; Magnez: 409.37 mg; Żelazo: 14.31 mg; Witamina A: 3164.90 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 211.91 mg; Witamina E: 11.67 mg; Sód: 2226.94 mg; Wapń: 1155.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-09-21		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, 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]: 2122.33 kcal; Białko ogółem: 146.71 g; Tłuszcz: 87.53 g; Węglowodany ogółem: 191.51 g; Witamina B12: 5.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.70 g; suma cukrów prostych: 66.27 g; Błonnik pokarmowy: 17.15 g; Magnez: 360.28 mg; Żelazo: 9.40 mg; Witamina A: 2556.49 mg; Witamina B6: 3.63 mg; Witamina C: 154.49 mg; Witamina E: 7.36 mg; Sód: 1688.97 mg; Wapń: 1158.56 mg;

poniedziałek 2026-09-21		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. 48g (3), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), schab na kartki 50g*, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt.,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	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]: 2670.70 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 95.16 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; Witamina B12: 5.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.15 g; suma cukrów prostych: 104.25 g; Błonnik pokarmowy: 18.84 g; Magnez: 236.00 mg; Żelazo: 10.37 mg; Witamina A: 3725.60 mg; Witamina B6: 1.83 mg; Witamina C: 86.43 mg; Witamina E: 9.59 mg; Sód: 2443.51 mg; Wapń: 1080.35 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-22 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), serek tartare 2 szt. (40g), brzoskwinia 1szt 120g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, miód 1 szt.(25g), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Pieczarkowa z makaronem 400ml*(1,2,3,8), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rozspanka 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.53 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 86.19 g; Węglowodany ogółem: 309.08 g; Witamina B12: 8.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.52 g; suma cukrów prostych: 83.63 g; Błonnik pokarmowy: 22.47 g; Magnez: 328.55 mg; Żelazo: 12.40 mg; Witamina A: 1611.50 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 81.67 mg; Witamina E: 9.36 mg; Sód: 4152.87 mg; Wapń: 1012.02 mg;

wtorek 2026-09-22 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), serek tartare 2 szt. (40g), brzoskwinia 1szt 120g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 1 szt.(25g),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), rozspanka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.30 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 86.12 g; Węglowodany ogółem: 302.01 g; Witamina B12: 8.27 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.32 g; suma cukrów prostych: 94.80 g; Błonnik pokarmowy: 16.39 g; Magnez: 291.15 mg; Żelazo: 11.37 mg; Witamina A: 1901.50 mg; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 87.19 mg; Witamina E: 11.25 mg; Sód: 4259.71 mg; Wapń: 994.64 mg;

wtorek 2026-09-22 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 120g, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Pieczarkowa z makaronem 400ml*(1,2,3,8), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), herbata 1 torebka, rozspanka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2177.83 kcal; Białko ogółem: 93.80 g; Tłuszcz: 77.58 g; Węglowodany ogółem: 260.87 g; Witamina B12: 7.32 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.24 g; suma cukrów prostych: 44.85 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g; Magnez: 332.80 mg; Żelazo: 12.25 mg; Witamina A: 1505.50 mg; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 79.32 mg; Witamina E: 8.28 mg; Sód: 3881.52 mg; Wapń: 805.17 mg;

wtorek 2026-09-22 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), serek tartare 2 szt. (40g), brzoskwinia 1szt 120g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), miód 1 szt.(25g),	Pieczarkowa z makaronem 400ml*(1,2,3,8), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rozspanka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2488.53 kcal; Białko ogółem: 93.57 g; Tłuszcz: 86.83 g; Węglowodany ogółem: 325.28 g; Witamina B12: 8.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.52 g; suma cukrów prostych: 83.63 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g; Magnez: 328.55 mg; Żelazo: 12.40 mg; Witamina A: 1611.50 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 81.67 mg; Witamina E: 9.36 mg; Sód: 4152.87 mg; Wapń: 1012.02 mg;

wtorek 2026-09-22 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), serek tartare 2 szt. (40g), brzoskwinia 1szt 120g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 1 szt.(25g),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), rozspanka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.50 kcal; Białko ogółem: 99.59 g; Tłuszcz: 68.42 g; Węglowodany ogółem: 303.09 g; Witamina B12: 7.12 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.99 g; suma cukrów prostych: 96.29 g; Błonnik pokarmowy: 16.39 g; Magnez: 283.55 mg; Żelazo: 9.26 mg; Witamina A: 1550.60 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 87.19 mg; Witamina E: 10.27 mg; Sód: 4138.31 mg; Wapń: 994.04 mg;

wtorek 2026-09-22 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), twaróg 50g(2)^, brzoskwinia 1szt 120g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 1 szt.(25g),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2127.70 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 60.67 g; Węglowodany ogółem: 293.28 g; Witamina B12: 7.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.61 g; suma cukrów prostych: 87.38 g; Błonnik pokarmowy: 15.69 g; Magnez: 295.05 mg; Żelazo: 9.36 mg; Witamina A: 1210.10 mg; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 97.09 mg; Witamina E: 9.21 mg; Sód: 3809.81 mg; Wapń: 1121.04 mg;

wtorek 2026-09-22 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 tartare 2 szt. (40g), miód 1 szt.(25g), Filet pieczony z indyka 50g, brzoskwinia 1szt 120g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Pieczarkowa z makaronem 400ml*(1,2,3,8), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.03 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 86.74 g; Węglowodany ogółem: 309.38 g; Witamina B12: 8.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.52 g; suma cukrów prostych: 83.63 g; Błonnik pokarmowy: 22.47 g; Magnez: 328.55 mg; Żelazo: 12.40 mg; Witamina A: 1611.50 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 81.67 mg; Witamina E: 9.36 mg; Sód: 4152.87 mg; Wapń: 1012.02 mg;

wtorek 2026-09-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), serek tartare 2 szt. (40g), brzoskwinia 1szt 120g, Filet pieczony z indyka 50g, szpinak 10g, miód 1 szt.(25g), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Pieczarkowa z makaronem 400ml*(1,2,3,8), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), pasta jajeczna z nasionami słonecznika 60g (3,13,11)^, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2315.76 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 93.59 g; Węglowodany ogółem: 269.98 g; Witamina B12: 7.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.72 g; suma cukrów prostych: 74.62 g; Błonnik pokarmowy: 15.93 g; Magnez: 269.53 mg; Żelazo: 10.72 mg; Witamina A: 1672.79 mg; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 78.18 mg; Witamina E: 12.85 mg; Sód: 3771.40 mg; Wapń: 789.53 mg;

wtorek 2026-09-22 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 120g, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Pieczarkowa z makaronem 400ml*(1,2,3,8), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (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]: 2177.83 kcal; Białko ogółem: 93.80 g; Tłuszcz: 77.58 g; Węglowodany ogółem: 260.87 g; Witamina B12: 7.32 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.24 g; suma cukrów prostych: 44.85 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g; Magnez: 332.80 mg; Żelazo: 12.25 mg; Witamina A: 1505.50 mg; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 79.32 mg; Witamina E: 8.28 mg; Sód: 3881.52 mg; Wapń: 805.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-09-22		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 250g*, Marchew gotowana 100 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	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 2026-09-22		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 120g, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, miód 1 szt.(25g), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek 50g(2)^, roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g, szynka dębową 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.34 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 83.18 g; Węglowodany ogółem: 305.11 g; Witamina B12: 7.07 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.14 g; suma cukrów prostych: 96.35 g; Błonnik pokarmowy: 17.17 g; Magnez: 286.17 mg; Żelazo: 9.05 mg; Witamina A: 1518.40 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 89.86 mg; Witamina E: 10.16 mg; Sód: 4047.64 mg; Wapń: 967.99 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-23 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. 153g, 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 jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2477.07 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 70.97 g; Węglowodany ogółem: 330.96 g; Witamina B12: 3.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 77.64 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Magnez: 428.51 mg; Żelazo: 11.81 mg; Witamina A: 1223.31 mg; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 250.06 mg; Witamina E: 12.74 mg; Sód: 2602.12 mg; Wapń: 1203.68 mg;

środa 2026-09-23 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 jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (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 2026-09-23 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. 153g, szynkowa dębowa 50g ^, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	ogórkowa z ziem. 400ml (1,2,8,13)^, Gulasz wołowy 160g (1), Kasza gryczana gotowana 200 g, 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]: 2437.01 kcal; Białko ogółem: 90.90 g; Tłuszcz: 79.24 g; Węglowodany ogółem: 303.32 g; Witamina B12: 3.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.88 g; suma cukrów prostych: 60.93 g; Błonnik pokarmowy: 34.06 g; Magnez: 426.45 mg; Żelazo: 11.79 mg; Witamina A: 1285.07 mg; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 253.44 mg; Witamina E: 12.66 mg; Sód: 2815.25 mg; Wapń: 1261.43 mg;

środa 2026-09-23 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. 153g, 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 jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2537.07 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 72.97 g; Węglowodany ogółem: 337.16 g; Witamina B12: 3.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.69 g; suma cukrów prostych: 81.84 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Magnez: 445.51 mg; Żelazo: 11.91 mg; Witamina A: 1239.31 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 251.06 mg; Witamina E: 12.77 mg; Sód: 2665.12 mg; Wapń: 1373.68 mg;

środa 2026-09-23 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 jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (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 2026-09-23 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 jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (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 2026-09-23 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. 153g, 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 jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2587.07 kcal; Białko ogółem: 93.72 g; Tłuszcz: 80.17 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.90 g; suma cukrów prostych: 77.68 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Magnez: 437.31 mg; Żelazo: 12.01 mg; Witamina A: 1316.11 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 250.06 mg; Witamina E: 12.94 mg; Sód: 2988.52 mg; Wapń: 1358.08 mg;

środa 2026-09-23 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 jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (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 2026-09-23 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. 153g, szynkowa dębowa 50g ^, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 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,	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]: 2387.47 kcal; Białko ogółem: 87.75 g; Tłuszcz: 76.57 g; Węglowodany ogółem: 295.45 g; Witamina B12: 3.35 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.82 g; suma cukrów prostych: 60.73 g; Błonnik pokarmowy: 33.89 g; Magnez: 417.61 mg; Żelazo: 11.46 mg; Witamina A: 1273.11 mg; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 248.06 mg; Witamina E: 12.56 mg; Sód: 2793.02 mg; Wapń: 1254.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-09-23		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml* (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, buraczki gotowane z olejem 120g,	Grysikowa 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]: 2175.26 kcal; Białko ogółem: 117.51 g; Tłuszcz: 106.64 g; Węglowodany ogółem: 186.19 g; Witamina B12: 6.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.36 g; suma cukrów prostych: 69.92 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: 9.01 mg; Sód: 970.09 mg; Wapń: 1219.93 mg;

środa 2026-09-23		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, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (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 2026-09-24 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,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.41 kcal; Białko ogółem: 108.89 g; Tłuszcz: 76.65 g; Węglowodany ogółem: 357.38 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.69 g; suma cukrów prostych: 90.25 g; Błonnik pokarmowy: 34.06 g; Magnez: 420.64 mg; Żelazo: 11.85 mg; Witamina A: 2665.64 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 96.14 mg; Witamina E: 8.68 mg; Sód: 3458.29 mg; Wapń: 916.00 mg;

czwartek 2026-09-24 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,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), surówka z marchewki z jabłkiem 150g, ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.61 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 81.85 g; Węglowodany ogółem: 303.46 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.92 g; suma cukrów prostych: 84.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; Magnez: 279.14 mg; Żelazo: 8.66 mg; Witamina A: 2782.64 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 121.64 mg; Witamina E: 9.01 mg; Sód: 2159.79 mg; Wapń: 856.10 mg;

czwartek 2026-09-24 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. 80g, kielbasa szynkowa dębowa 30g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.51 kcal; Białko ogółem: 105.25 g; Tłuszcz: 72.79 g; Węglowodany ogółem: 293.70 g; Witamina B12: 3.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.45 g; suma cukrów prostych: 61.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.40 g; Magnez: 423.84 mg; Żelazo: 12.41 mg; Witamina A: 2608.24 mg; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 129.74 mg; Witamina E: 8.22 mg; Sód: 3325.09 mg; Wapń: 657.20 mg;

czwartek 2026-09-24 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,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2714.41 kcal; Białko ogółem: 110.49 g; Tłuszcz: 77.29 g; Węglowodany ogółem: 373.58 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.69 g; suma cukrów prostych: 90.25 g; Błonnik pokarmowy: 34.66 g; Magnez: 420.64 mg; Żelazo: 11.85 mg; Witamina A: 2665.64 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 96.14 mg; Witamina E: 8.68 mg; Sód: 3458.29 mg; Wapń: 916.00 mg;

czwartek 2026-09-24 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,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), surówka z marchewki z jabłkiem 150g, ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.61 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 81.85 g; Węglowodany ogółem: 303.46 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.92 g; suma cukrów prostych: 84.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; Magnez: 279.14 mg; Żelazo: 8.66 mg; Witamina A: 2782.64 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 121.64 mg; Witamina E: 9.01 mg; Sód: 2159.79 mg; Wapń: 856.10 mg;

czwartek 2026-09-24		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,	krupnik 400ml (1,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, 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]: 2199.77 kcal; Białko ogółem: 112.00 g; Tłuszcz: 51.64 g; Węglowodany ogółem: 300.06 g; Witamina B12: 3.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.43 g; suma cukrów prostych: 83.21 g; Błonnik pokarmowy: 22.93 g; Magnez: 273.50 mg; Żelazo: 7.43 mg; Witamina A: 2551.80 mg; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 110.03 mg; Witamina E: 7.64 mg; Sód: 1325.23 mg; Wapń: 829.03 mg;

czwartek 2026-09-24		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),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, 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]: 2770.01 kcal; Białko ogółem: 118.89 g; Tłuszcz: 87.05 g; Węglowodany ogółem: 357.42 g; Witamina B12: 4.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.89 g; suma cukrów prostych: 90.29 g; Błonnik pokarmowy: 34.06 g; Magnez: 433.04 mg; Żelazo: 12.13 mg; Witamina A: 2776.04 mg; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 96.14 mg; Witamina E: 8.83 mg; Sód: 3686.29 mg; Wapń: 1238.80 mg;

czwartek 2026-09-24		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z zieloną pietruszką 100g(2), mus warzywno-owocowy 100g, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , 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]: 2355.73 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 78.76 g; Węglowodany ogółem: 277.77 g; Witamina B12: 3.58 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.90 g; suma cukrów prostych: 80.46 g; Błonnik pokarmowy: 24.01 g; Magnez: 270.42 mg; Żelazo: 8.72 mg; Witamina A: 2808.72 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 115.18 mg; Witamina E: 8.27 mg; Sód: 2385.90 mg; Wapń: 726.34 mg;

czwartek 2026-09-24		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. 80g, kielbasa szynkowa dębowa 30g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , sok pomidorowy 200ml 1szt, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2307.16 kcal; Białko ogółem: 107.08 g; Tłuszcz: 74.06 g; Węglowodany ogółem: 300.17 g; Witamina B12: 3.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.69 g; suma cukrów prostych: 70.01 g; Błonnik pokarmowy: 31.04 g; Magnez: 396.05 mg; Żelazo: 12.50 mg; Witamina A: 2744.76 mg; Witamina B6: 3.11 mg; Witamina C: 137.05 mg; Witamina E: 8.66 mg; Sód: 2976.03 mg; Wapń: 655.55 mg;

czwartek 2026-09-24		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 250g*,	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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-09-24		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,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), surówka z marchewki z jabłkiem 150g, ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g,	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]: 2692.71 kcal; Białko ogółem: 118.98 g; Tłuszcz: 101.24 g; Węglowodany ogółem: 303.94 g; Witamina B12: 4.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.26 g; suma cukrów prostych: 84.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.94 g; Magnez: 283.94 mg; Żelazo: 9.32 mg; Witamina A: 2783.84 mg; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 121.64 mg; Witamina E: 9.22 mg; Sód: 2586.99 mg; Wapń: 861.50 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-25 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), śliwki 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]: 2617.93 kcal; Białko ogółem: 104.69 g; Tłuszcz: 89.72 g; Węglowodany ogółem: 351.64 g; Witamina B12: 5.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.60 g; suma cukrów prostych: 117.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g; Magnez: 367.90 mg; Żelazo: 12.28 mg; Witamina A: 1429.02 mg; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 114.56 mg; Witamina E: 13.53 mg; Sód: 3029.18 mg; Wapń: 1179.76 mg;

piątek 2026-09-25 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), jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem 25g x 2 szt., bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1), 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]: 2426.86 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz: 70.21 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; Witamina B12: 4.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.86 g; suma cukrów prostych: 147.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.10 g; Magnez: 292.35 mg; Żelazo: 9.35 mg; Witamina A: 1873.10 mg; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 130.98 mg; Witamina E: 8.69 mg; Sód: 2199.24 mg; Wapń: 1171.54 mg;

piątek 2026-09-25 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), śliwki 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, Sos koperkowy 100g (1),	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]: 1905.46 kcal; Białko ogółem: 102.77 g; Tłuszcz: 51.40 g; Węglowodany ogółem: 249.46 g; Witamina B12: 4.07 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.95 g; suma cukrów prostych: 62.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.41 g; Magnez: 353.01 mg; Żelazo: 11.00 mg; Witamina A: 1351.59 mg; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 104.94 mg; Witamina E: 7.59 mg; Sód: 2568.75 mg; Wapń: 962.94 mg;

piątek 2026-09-25 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), śliwki 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]: 2540.38 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 90.88 g; Węglowodany ogółem: 322.02 g; Witamina B12: 5.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.86 g; suma cukrów prostych: 88.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.81 g; Magnez: 373.81 mg; Żelazo: 12.43 mg; Witamina A: 1579.83 mg; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 114.07 mg; Witamina E: 13.91 mg; Sód: 3311.82 mg; Wapń: 1181.30 mg;

piątek 2026-09-25 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), jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem 25g x 2 szt., bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw 150g, Sos koperkowy 100g (1), 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]: 2426.86 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz: 70.21 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; Witamina B12: 4.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.86 g; suma cukrów prostych: 147.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.10 g; Magnez: 292.35 mg; Żelazo: 9.35 mg; Witamina A: 1873.10 mg; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 130.98 mg; Witamina E: 8.69 mg; Sód: 2199.24 mg; Wapń: 1171.54 mg;

piątek 2026-09-25		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), serek homog. nat. 60g.(2), jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem 25g x 2 szt., bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkami 150g (11,13), Kompot b/c 300g,	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]: 2351.28 kcal; Białko ogółem: 101.80 g; Tłuszcz: 61.02 g; Węglowodany ogółem: 358.52 g; Witamina B12: 4.84 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.75 g; suma cukrów prostych: 150.41 g; Błonnik pokarmowy: 20.51 g; Magnez: 289.00 mg; Żelazo: 9.38 mg; Witamina A: 1225.00 mg; Witamina B6: 2.20 mg; Witamina C: 126.30 mg; Witamina E: 8.27 mg; Sód: 2125.07 mg; Wapń: 1102.62 mg;

piątek 2026-09-25		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), śliwki 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]: 2726.93 kcal; Białko ogółem: 109.99 g; Tłuszcz: 115.52 g; Węglowodany ogółem: 316.36 g; Witamina B12: 4.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.95 g; suma cukrów prostych: 82.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.92 g; Magnez: 363.10 mg; Żelazo: 11.98 mg; Witamina A: 1679.22 mg; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 103.96 mg; Witamina E: 14.35 mg; Sód: 3020.78 mg; Wapń: 1066.36 mg;

piątek 2026-09-25		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(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), śliwki 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]: 2612.16 kcal; Białko ogółem: 102.69 g; Tłuszcz: 92.59 g; Węglowodany ogółem: 344.76 g; Witamina B12: 5.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.89 g; suma cukrów prostych: 143.62 g; Błonnik pokarmowy: 20.55 g; Magnez: 288.08 mg; Żelazo: 12.36 mg; Witamina A: 1617.01 mg; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 110.43 mg; Witamina E: 16.06 mg; Sód: 2201.41 mg; Wapń: 824.82 mg;

piątek 2026-09-25		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), śliwki 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]: 1862.81 kcal; Białko ogółem: 101.07 g; Tłuszcz: 49.93 g; Węglowodany ogółem: 243.70 g; Witamina B12: 4.07 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.55 g; suma cukrów prostych: 62.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; Magnez: 343.66 mg; Żelazo: 10.67 mg; Witamina A: 1298.59 mg; Witamina B6: 2.24 mg; Witamina C: 100.84 mg; Witamina E: 6.88 mg; Sód: 2541.15 mg; Wapń: 888.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-09-25		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 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 100g, bukiet warzyw 150g, Masło 10g(2),	herbata bez cukru 250ml, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki 100g, Masło 10g(2),
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2034.80 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 81.85 g; Węglowodany ogółem: 219.10 g; Witamina B12: 4.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 48.26 g; Błonnik pokarmowy: 19.97 g; Magnez: 378.82 mg; Żelazo: 9.76 mg; Witamina A: 2095.75 mg; Witamina B6: 3.76 mg; Witamina C: 191.51 mg; Witamina E: 5.96 mg; Sód: 802.02 mg; Wapń: 1086.99 mg;

piątek 2026-09-25		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), jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), dżem 25g x 2 szt., szpinak 10g,	Pomidorowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), schab Grzegorza 50g , rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2547.67 kcal; Białko ogółem: 119.36 g; Tłuszcz: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 358.89 g; Witamina B12: 6.35 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.24 g; suma cukrów prostych: 148.31 g; Błonnik pokarmowy: 19.96 g; Magnez: 297.75 mg; Żelazo: 11.32 mg; Witamina A: 2038.55 mg; Witamina B6: 2.20 mg; Witamina C: 129.67 mg; Witamina E: 9.22 mg; Sód: 1966.81 mg; Wapń: 1091.58 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, pomidorki koktajlowe 100g [^] , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.71 kcal; Białko ogółem: 113.59 g; Tłuszcz: 66.91 g; Węglowodany ogółem: 303.87 g; Witamina B12: 2.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.87 g; suma cukrów prostych: 82.25 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; Magnez: 333.99 mg; Żelazo: 11.10 mg; Witamina A: 1325.14 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 224.97 mg; Witamina E: 11.99 mg; Sód: 2501.78 mg; Wapń: 871.50 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidorki koktajlowe 100g [^] ,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , schab na kartki 50g*, pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2218.98 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Tłuszcz: 70.11 g; Węglowodany ogółem: 284.20 g; Witamina B12: 2.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.10 g; suma cukrów prostych: 74.42 g; Błonnik pokarmowy: 16.37 g; Magnez: 280.67 mg; Żelazo: 10.11 mg; Witamina A: 942.60 mg; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 98.37 mg; Witamina E: 9.36 mg; Sód: 2545.91 mg; Wapń: 854.00 mg;

sobota 2026-09-26 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), pomidorki koktajlowe 100g [^] ,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2187.11 kcal; Białko ogółem: 111.76 g; Tłuszcz: 69.53 g; Węglowodany ogółem: 278.63 g; Witamina B12: 2.58 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.09 g; suma cukrów prostych: 71.69 g; Błonnik pokarmowy: 28.53 g; Magnez: 367.89 mg; Żelazo: 12.67 mg; Witamina A: 1321.34 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 221.97 mg; Witamina E: 12.48 mg; Sód: 2390.18 mg; Wapń: 786.30 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, pomidorki koktajlowe 100g [^] , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.71 kcal; Białko ogółem: 115.19 g; Tłuszcz: 67.55 g; Węglowodany ogółem: 320.07 g; Witamina B12: 2.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.87 g; suma cukrów prostych: 82.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; Magnez: 333.99 mg; Żelazo: 11.10 mg; Witamina A: 1325.14 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 224.97 mg; Witamina E: 11.99 mg; Sód: 2501.78 mg; Wapń: 871.50 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidorki koktajlowe 100g [^] ,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , schab na kartki 50g*, pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2218.98 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Tłuszcz: 70.11 g; Węglowodany ogółem: 284.20 g; Witamina B12: 2.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.10 g; suma cukrów prostych: 74.42 g; Błonnik pokarmowy: 16.37 g; Magnez: 280.67 mg; Żelazo: 10.11 mg; Witamina A: 942.60 mg; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 98.37 mg; Witamina E: 9.36 mg; Sód: 2545.91 mg; Wapń: 854.00 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidorki koktajlowe 100g^,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2035.06 kcal; Białko ogółem: 113.67 g; Tłuszcz: 51.77 g; Węglowodany ogółem: 280.01 g; Witamina B12: 2.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.94 g; suma cukrów prostych: 74.25 g; Błonnik pokarmowy: 16.18 g; Magnez: 276.02 mg; Żelazo: 10.01 mg; Witamina A: 858.30 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 98.34 mg; Witamina E: 6.41 mg; Sód: 2065.27 mg; Wapń: 849.97 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, pomidorki koktajlowe 100g^, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2326.71 kcal; Białko ogółem: 123.49 g; Tłuszcz: 67.16 g; Węglowodany ogółem: 305.62 g; Witamina B12: 3.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.01 g; suma cukrów prostych: 83.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; Magnez: 338.49 mg; Żelazo: 11.20 mg; Witamina A: 1327.64 mg; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 224.97 mg; Witamina E: 11.99 mg; Sód: 2522.28 mg; Wapń: 919.50 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser żółty 20g. (2), pomidorki koktajlowe 100g^, kakao b/cukru 300ml (1,2),	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 100g,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2088.59 kcal; Białko ogółem: 107.52 g; Tłuszcz: 72.64 g; Węglowodany ogółem: 252.72 g; Witamina B12: 2.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.56 g; suma cukrów prostych: 66.21 g; Błonnik pokarmowy: 15.62 g; Magnez: 254.49 mg; Żelazo: 9.52 mg; Witamina A: 913.38 mg; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 92.67 mg; Witamina E: 9.96 mg; Sód: 2137.62 mg; Wapń: 695.16 mg;

sobota 2026-09-26 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), pomidorki koktajlowe 100g^,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2187.11 kcal; Białko ogółem: 111.76 g; Tłuszcz: 69.53 g; Węglowodany ogółem: 278.63 g; Witamina B12: 2.58 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.09 g; suma cukrów prostych: 71.69 g; Błonnik pokarmowy: 28.53 g; Magnez: 367.89 mg; Żelazo: 12.67 mg; Witamina A: 1321.34 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 221.97 mg; Witamina E: 12.48 mg; Sód: 2390.18 mg; Wapń: 786.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 100g, Szpinak gotowany z olejem 120g^, Masło 10g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	herbata bez cukru 250ml, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 100 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

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

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser capresi 40g (2), pomidorki koktajlowe 100g^,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, twaróg krajanka 50g(2), pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2377.98 kcal; Białko ogółem: 128.60 g; Tłuszcz: 79.56 g; Węglowodany ogółem: 287.43 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.64 g; suma cukrów prostych: 76.01 g; Błonnik pokarmowy: 16.37 g; Magnez: 293.97 mg; Żelazo: 10.41 mg; Witamina A: 1037.90 mg; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 98.37 mg; Witamina E: 9.57 mg; Sód: 2952.81 mg; Wapń: 1056.40 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidorki koktajlowe 100g [^] , kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g [^] , ogórek kiszony 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.07 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 81.65 g; Węglowodany ogółem: 283.92 g; Witamina B12: 4.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.28 g; suma cukrów prostych: 71.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Magnez: 386.12 mg; Żelazo: 10.77 mg; Witamina A: 3104.31 mg; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 97.30 mg; Witamina E: 9.62 mg; Sód: 3710.97 mg; Wapń: 1226.77 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 100g [^] ,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , szynkowa dębowa 50g [^] , herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186.50 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 82.35 g; Węglowodany ogółem: 257.88 g; Witamina B12: 4.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.97 g; suma cukrów prostych: 62.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g; Magnez: 294.77 mg; Żelazo: 8.97 mg; Witamina A: 1578.79 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 186.21 mg; Witamina E: 9.30 mg; Sód: 2507.39 mg; Wapń: 1114.18 mg;

niedziela 2026-09-27 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. 153g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), pomidorki koktajlowe 100g [^] ,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, szynkowa dębowa 50g [^] , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2049.25 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 227.04 g; Witamina B12: 4.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.27 g; suma cukrów prostych: 56.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; Magnez: 415.47 mg; Żelazo: 14.10 mg; Witamina A: 1737.62 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 172.50 mg; Witamina E: 9.65 mg; Sód: 3668.09 mg; Wapń: 795.85 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidorki koktajlowe 100g [^] , kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g [^] , ogórek kiszony 100g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2335.07 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 83.65 g; Węglowodany ogółem: 288.62 g; Witamina B12: 4.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.47 g; suma cukrów prostych: 75.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Magnez: 396.12 mg; Żelazo: 10.87 mg; Witamina A: 3120.31 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 97.30 mg; Witamina E: 9.65 mg; Sód: 3748.97 mg; Wapń: 1329.77 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 100g [^] ,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , szynkowa dębowa 50g [^] , herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186.50 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 82.35 g; Węglowodany ogółem: 257.88 g; Witamina B12: 4.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.97 g; suma cukrów prostych: 62.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g; Magnez: 294.77 mg; Żelazo: 8.97 mg; Witamina A: 1578.79 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 186.21 mg; Witamina E: 9.30 mg; Sód: 2507.39 mg; Wapń: 1114.18 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 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 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1948.40 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 55.52 g; Węglowodany ogółem: 257.81 g; Witamina B12: 3.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.14 g; suma cukrów prostych: 62.43 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g; Magnez: 291.27 mg; Żelazo: 8.07 mg; Witamina A: 1465.19 mg; Witamina B6: 2.70 mg; Witamina C: 186.21 mg; Witamina E: 8.68 mg; Sód: 2023.39 mg; Wapń: 1100.79 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidorki koktajlowe 100g^, kakao b/cukru 300ml (1,2), serek homo waniliowy 60g (2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g ^, ogórek kiszony 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.87 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 84.17 g; Węglowodany ogółem: 291.90 g; Witamina B12: 4.41 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.79 g; suma cukrów prostych: 78.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Magnez: 390.92 mg; Żelazo: 10.89 mg; Witamina A: 3125.31 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 97.30 mg; Witamina E: 9.66 mg; Sód: 3734.97 mg; Wapń: 1277.77 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, pomidorki koktajlowe 100g^, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g ^, sok pomidorowy 200ml 1szt, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2203.17 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 77.87 g; Węglowodany ogółem: 269.98 g; Witamina B12: 3.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.54 g; suma cukrów prostych: 87.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g; Magnez: 275.54 mg; Żelazo: 9.39 mg; Witamina A: 3231.91 mg; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 127.54 mg; Witamina E: 10.74 mg; Sód: 2614.74 mg; Wapń: 713.00 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1szt. 153g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), pomidorki koktajlowe 100g^,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, szynkowa dębowa 50g ^, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2039.25 kcal; Białko ogółem: 104.10 g; Tłuszcz: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 225.54 g; Witamina B12: 4.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.27 g; suma cukrów prostych: 56.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; Magnez: 408.47 mg; Żelazo: 14.10 mg; Witamina A: 1737.62 mg; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 171.50 mg; Witamina E: 9.65 mg; Sód: 3643.09 mg; Wapń: 728.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-09-27		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
herbata bez cukru 250ml, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), buraczki gotowane z olejem 120g,	herbata bez cukru 250ml, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana z olejem 120g^, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 100g,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.50 kcal; Białko ogółem: 132.69 g; Tłuszcz: 114.84 g; Węglowodany ogółem: 169.69 g; Witamina B12: 6.03 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.58 g; suma cukrów prostych: 48.25 g; Błonnik pokarmowy: 17.05 g; Magnez: 356.52 mg; Żelazo: 12.35 mg; Witamina A: 3182.33 mg; Witamina B6: 3.70 mg; Witamina C: 85.24 mg; Witamina E: 7.81 mg; Sód: 1086.19 mg; Wapń: 977.31 mg;

niedziela 2026-09-27		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 100g^,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, herbata 1 torebka, twarożek z zieloną pietruszką 50g(2), Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.97 kcal; Białko ogółem: 126.37 g; Tłuszcz: 77.31 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; Witamina B12: 4.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.99 g; suma cukrów prostych: 81.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g; Magnez: 300.54 mg; Żelazo: 9.22 mg; Witamina A: 1547.55 mg; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 192.24 mg; Witamina E: 9.27 mg; Sód: 2178.66 mg; Wapń: 1092.57 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Nektarynka 1szt 130g , rukola 10g, ogórek świeży 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Leczo z mięsem drobiowym i kielbasą 300g(1,8,11,13), ryż brązowy gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2780.84 kcal; Białko ogółem: 120.70 g; Tłuszcz: 91.48 g; Węglowodany ogółem: 366.53 g; Witamina B12: 4.68 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.65 g; suma cukrów prostych: 75.02 g; Błonnik pokarmowy: 38.48 g; Magnez: 482.22 mg; Żelazo: 17.03 mg; Witamina A: 2228.49 mg; Witamina B6: 3.89 mg; Witamina C: 396.48 mg; Witamina E: 18.13 mg; Sód: 2699.45 mg; Wapń: 874.24 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa duszona 100g , Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ryż gotowany 200g, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2534.53 kcal; Białko ogółem: 112.26 g; Tłuszcz: 89.68 g; Węglowodany ogółem: 317.82 g; Witamina B12: 4.19 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.75 g; suma cukrów prostych: 73.65 g; Błonnik pokarmowy: 16.13 g; Magnez: 285.80 mg; Żelazo: 10.40 mg; Witamina A: 1526.73 mg; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 117.09 mg; Witamina E: 12.86 mg; Sód: 4858.07 mg; Wapń: 941.66 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka z ziarnami 70g (1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Nektarynka 1szt 130g , schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, ogórek świeży 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Leczo z mięsem drobiowym i kielbasą 300g(1,8,11,13), ryż brązowy gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidorki koktajlowe 90g , kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.05 kcal; Białko ogółem: 108.08 g; Tłuszcz: 87.62 g; Węglowodany ogółem: 275.36 g; Witamina B12: 3.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.50 g; suma cukrów prostych: 67.78 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g; Magnez: 453.10 mg; Żelazo: 14.60 mg; Witamina A: 2327.78 mg; Witamina B6: 3.56 mg; Witamina C: 400.66 mg; Witamina E: 18.51 mg; Sód: 2899.55 mg; Wapń: 937.10 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Nektarynka 1szt 130g , rukola 10g, ogórek świeży 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Leczo z mięsem drobiowym i kielbasą 300g(1,8,11,13), ryż brązowy gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2840.84 kcal; Białko ogółem: 125.00 g; Tłuszcz: 93.48 g; Węglowodany ogółem: 372.73 g; Witamina B12: 5.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.84 g; suma cukrów prostych: 79.22 g; Błonnik pokarmowy: 38.48 g; Magnez: 499.22 mg; Żelazo: 17.13 mg; Witamina A: 2244.49 mg; Witamina B6: 3.95 mg; Witamina C: 397.48 mg; Witamina E: 18.16 mg; Sód: 2762.45 mg; Wapń: 1044.24 mg;

poniedziałek 2026-09-28 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), jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa duszona 100g , Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ryż gotowany 200g, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2534.53 kcal; Białko ogółem: 112.26 g; Tłuszcz: 89.68 g; Węglowodany ogółem: 317.82 g; Witamina B12: 4.19 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.75 g; suma cukrów prostych: 73.65 g; Błonnik pokarmowy: 16.13 g; Magnez: 285.80 mg; Żelazo: 10.40 mg; Witamina A: 1526.73 mg; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 117.09 mg; Witamina E: 12.86 mg; Sód: 4858.07 mg; Wapń: 941.66 mg;

poniedziałek 2026-09-28 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), jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ryż gotowany 200g, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , pomidor malinowy 90g, Mix салат 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2214.93 kcal; Białko ogółem: 117.59 g; Tłuszcz: 56.98 g; Węglowodany ogółem: 308.48 g; Witamina B12: 3.47 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.92 g; suma cukrów prostych: 73.34 g; Błonnik pokarmowy: 15.45 g; Magnez: 269.40 mg; Żelazo: 8.54 mg; Witamina A: 1437.43 mg; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 116.95 mg; Witamina E: 9.68 mg; Sód: 2026.77 mg; Wapń: 908.47 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), twaróg krajanka 50g(2), Nektarynka 1szt 130g , rukola 10g, ogórek świeży 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Leczo z mięsem drobiowym i kielbasą 300g(1,8,11,13), ryż brązowy gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix салат 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2829.84 kcal; Białko ogółem: 130.60 g; Tłuszcz: 91.73 g; Węglowodany ogółem: 368.28 g; Witamina B12: 5.13 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.79 g; suma cukrów prostych: 76.57 g; Błonnik pokarmowy: 38.48 g; Magnez: 486.72 mg; Żelazo: 17.13 mg; Witamina A: 2230.99 mg; Witamina B6: 3.93 mg; Witamina C: 396.48 mg; Witamina E: 18.14 mg; Sód: 2719.95 mg; Wapń: 922.24 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), jabłko gotowane 1 szt., ser capresi 40g (2), rukola 10g, ogórek świeży 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Leczo z mięsem drobiowym i kielbasą 300g(1,8,11,13), ryż brązowy gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix салат 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2570.37 kcal; Białko ogółem: 110.51 g; Tłuszcz: 105.87 g; Węglowodany ogółem: 293.65 g; Witamina B12: 4.43 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.30 g; suma cukrów prostych: 66.14 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g; Magnez: 361.23 mg; Żelazo: 14.32 mg; Witamina A: 2323.94 mg; Witamina B6: 3.57 mg; Witamina C: 394.25 mg; Witamina E: 17.73 mg; Sód: 2342.19 mg; Wapń: 745.61 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka z ziarnami 70g (1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Nektarynka 1szt 130g , schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Leczo z mięsem drobiowym i kielbasą 300g(1,8,11,13), ryż brązowy gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2282.35 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 87.09 g; Węglowodany ogółem: 267.38 g; Witamina B12: 3.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.39 g; suma cukrów prostych: 62.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.40 g; Magnez: 440.00 mg; Żelazo: 13.86 mg; Witamina A: 1809.78 mg; Witamina B6: 3.10 mg; Witamina C: 261.86 mg; Witamina E: 15.41 mg; Sód: 2893.65 mg; Wapń: 921.80 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-09-28		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 400ml* (8,13), herbata bez cukru 250ml, ziemniaki 100g, 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: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2154.13 kcal; Białko ogółem: 134.86 g; Tłuszcz: 86.83 g; Węglowodany ogółem: 212.73 g; Witamina B12: 4.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.06 g; suma cukrów prostych: 56.04 g; Błonnik pokarmowy: 17.90 g; Magnez: 380.68 mg; Żelazo: 9.89 mg; Witamina A: 1806.29 mg; Witamina B6: 4.01 mg; Witamina C: 170.34 mg; Witamina E: 7.22 mg; Sód: 1627.82 mg; Wapń: 1061.41 mg;

poniedziałek 2026-09-28		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Szynka Ojca Grzegorza 50g, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa duszona 100g , Ryż gotowany 200g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	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: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2745.33 kcal; Białko ogółem: 129.71 g; Tłuszcz: 103.79 g; Węglowodany ogółem: 318.56 g; Witamina B12: 4.72 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.15 g; suma cukrów prostych: 73.65 g; Błonnik pokarmowy: 16.19 g; Magnez: 300.60 mg; Żelazo: 11.63 mg; Witamina A: 1527.93 mg; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 117.09 mg; Witamina E: 13.22 mg; Sód: 5602.27 mg; Wapń: 953.16 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), serek tartare 2 szt. (40g), jabłko deserowe 1szt. 153g, papryka świeża 90g, szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), dżem 25g - 1 szt.,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2558.32 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 89.20 g; Węglowodany ogółem: 343.76 g; Witamina B12: 4.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.79 g; suma cukrów prostych: 112.66 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g; Magnez: 415.60 mg; Żelazo: 13.56 mg; Witamina A: 1884.71 mg; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 253.05 mg; Witamina E: 13.45 mg; Sód: 3141.42 mg; Wapń: 1410.69 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), serek tartare 2 szt. (40g), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, dżem 25g - 1 szt.,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300ml*, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.31 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 78.30 g; Węglowodany ogółem: 319.13 g; Witamina B12: 4.19 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.55 g; suma cukrów prostych: 114.83 g; Błonnik pokarmowy: 20.93 g; Magnez: 376.99 mg; Żelazo: 13.09 mg; Witamina A: 1664.79 mg; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 127.04 mg; Witamina E: 9.04 mg; Sód: 3133.96 mg; Wapń: 1209.70 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), jabłko deserowe 1szt. 153g, kurczak gotowany premium 30g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g, szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g, Ser żółty 40g (2), herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2068.61 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 60.26 g; Węglowodany ogółem: 273.67 g; Witamina B12: 3.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.35 g; suma cukrów prostych: 60.96 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; Magnez: 398.48 mg; Żelazo: 13.92 mg; Witamina A: 1565.21 mg; Witamina B6: 3.13 mg; Witamina C: 243.96 mg; Witamina E: 8.17 mg; Sód: 2864.12 mg; Wapń: 1163.22 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), serek tartare 2 szt. (40g), jabłko deserowe 1szt. 153g, papryka świeża 90g, szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), dżem 25g - 1 szt.,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.32 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 89.84 g; Węglowodany ogółem: 359.96 g; Witamina B12: 4.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.79 g; suma cukrów prostych: 112.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.26 g; Magnez: 415.60 mg; Żelazo: 13.56 mg; Witamina A: 1884.71 mg; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 253.05 mg; Witamina E: 13.45 mg; Sód: 3141.42 mg; Wapń: 1410.69 mg;

wtorek 2026-09-29 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 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), serek tartare 2 szt. (40g), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, dżem 25g - 1 szt.,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300ml*, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.31 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 78.30 g; Węglowodany ogółem: 319.13 g; Witamina B12: 4.19 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.55 g; suma cukrów prostych: 114.83 g; Błonnik pokarmowy: 20.93 g; Magnez: 376.99 mg; Żelazo: 13.09 mg; Witamina A: 1664.79 mg; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 127.04 mg; Witamina E: 9.04 mg; Sód: 3133.96 mg; Wapń: 1209.70 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, dżem 25g - 1 szt.,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300ml*, buraczki gotowane 150g(1,2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg 50g(2)^, rosół 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2179.11 kcal; Białko ogółem: 117.73 g; Tłuszcz: 52.52 g; Węglowodany ogółem: 318.67 g; Witamina B12: 4.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.34 g; suma cukrów prostych: 114.21 g; Błonnik pokarmowy: 20.20 g; Magnez: 364.09 mg; Żelazo: 12.04 mg; Witamina A: 885.59 mg; Witamina B6: 2.89 mg; Witamina C: 117.47 mg; Witamina E: 6.99 mg; Sód: 1982.36 mg; Wapń: 1068.31 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), serek tartare 2 szt. (40g), kurczak gotowany premium 50g , jabłko deserowe 1szt. 153g, papryka świeża 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), dżem 25g - 1 szt.,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rosół 10g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.32 kcal; Białko ogółem: 111.78 g; Tłuszcz: 90.65 g; Węglowodany ogółem: 344.36 g; Witamina B12: 4.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.49 g; suma cukrów prostych: 112.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g; Magnez: 415.60 mg; Żelazo: 13.56 mg; Witamina A: 1884.71 mg; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 253.05 mg; Witamina E: 13.45 mg; Sód: 3502.42 mg; Wapń: 1410.69 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), serek homo waniliowy 150g (1), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), dżem 25g - 1 szt.,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , rosół 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.52 kcal; Białko ogółem: 105.64 g; Tłuszcz: 75.36 g; Węglowodany ogółem: 312.64 g; Witamina B12: 3.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.06 g; suma cukrów prostych: 110.34 g; Błonnik pokarmowy: 17.37 g; Magnez: 294.11 mg; Żelazo: 9.90 mg; Witamina A: 1123.79 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 124.33 mg; Witamina E: 10.58 mg; Sód: 2540.66 mg; Wapń: 912.07 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), jabłko deserowe 1szt. 153g, kurczak gotowany premium 30g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki gotowane 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , Ser żółty 40g (2), herbata 1 torebka, rosół 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2068.61 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 60.26 g; Węglowodany ogółem: 273.67 g; Witamina B12: 3.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.35 g; suma cukrów prostych: 60.96 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; Magnez: 398.48 mg; Żelazo: 13.92 mg; Witamina A: 1565.21 mg; Witamina B6: 3.13 mg; Witamina C: 243.96 mg; Witamina E: 8.17 mg; Sód: 2864.12 mg; Wapń: 1163.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-09-29		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 100g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	Grycikowa 200ml*(1,8,13), jarzynka gotowana 100g(13), Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.98 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 109.18 g; Węglowodany ogółem: 170.99 g; Witamina B12: 5.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.62 g; suma cukrów prostych: 55.40 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; Magnez: 377.30 mg; Żelazo: 12.23 mg; Witamina A: 2346.64 mg; Witamina B6: 3.39 mg; Witamina C: 150.24 mg; Witamina E: 9.56 mg; Sód: 1389.82 mg; Wapń: 958.39 mg;

wtorek 2026-09-29		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., szpinak 10g, serek homo waniliowy 150g (1), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), dżem 25g - 1 szt.,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300ml*, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g, serek tartare 2 szt. (40g),
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.31 kcal; Białko ogółem: 109.30 g; Tłuszcz: 73.00 g; Węglowodany ogółem: 335.35 g; Witamina B12: 4.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.43 g; suma cukrów prostych: 131.99 g; Błonnik pokarmowy: 21.03 g; Magnez: 376.19 mg; Żelazo: 13.09 mg; Witamina A: 1603.99 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 127.74 mg; Witamina E: 8.91 mg; Sód: 2783.56 mg; Wapń: 1134.30 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), schab na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt 120g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), kasza kuskus 200g (1), Sos grecki 150g (1,2,13)*, Kompot b/c 300ml*, bukiet warzyw królewski 150g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2359.66 kcal; Białko ogółem: 111.65 g; Tłuszcz: 69.04 g; Węglowodany ogółem: 322.70 g; Witamina B12: 7.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.19 g; suma cukrów prostych: 78.93 g; Błonnik pokarmowy: 39.26 g; Magnez: 478.28 mg; Żelazo: 18.01 mg; Witamina A: 3371.97 mg; Witamina B6: 2.88 mg; Witamina C: 240.45 mg; Witamina E: 13.44 mg; Sód: 2340.85 mg; Wapń: 1013.92 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt 120g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	kasza kuskus 200g (1), Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*, Kompot b/c 300ml*, bukiet warzyw królewski 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2155.92 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 74.49 g; Węglowodany ogółem: 272.64 g; Witamina B12: 7.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.55 g; suma cukrów prostych: 77.11 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g; Magnez: 320.58 mg; Żelazo: 12.68 mg; Witamina A: 3033.07 mg; Witamina B6: 2.04 mg; Witamina C: 129.15 mg; Witamina E: 12.40 mg; Sód: 1945.74 mg; Wapń: 904.31 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), brzoskwinia 1szt 120g, schab na kartki 40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Kasza gryczana gotowana 200 g, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot b/c 300ml*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, bukiet warzyw królewski 150g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.71 kcal; Białko ogółem: 118.74 g; Tłuszcz: 78.35 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; Witamina B12: 7.75 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.12 g; suma cukrów prostych: 62.55 g; Błonnik pokarmowy: 43.49 g; Magnez: 552.78 mg; Żelazo: 18.59 mg; Witamina A: 3421.77 mg; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 238.45 mg; Witamina E: 13.96 mg; Sód: 2614.75 mg; Wapń: 1084.42 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), schab na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt 120g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	kasza kuskus 200g (1), barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot b/c 300ml*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, bukiet warzyw królewski 150g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.66 kcal; Białko ogółem: 115.95 g; Tłuszcz: 71.04 g; Węglowodany ogółem: 328.90 g; Witamina B12: 8.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.38 g; suma cukrów prostych: 83.13 g; Błonnik pokarmowy: 39.26 g; Magnez: 495.28 mg; Żelazo: 18.11 mg; Witamina A: 3387.97 mg; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 241.45 mg; Witamina E: 13.47 mg; Sód: 2403.85 mg; Wapń: 1183.92 mg;

środa 2026-09-30 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)^, schab na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt 120g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	kasza kuskus 200g (1), Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot b/c 300ml*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, bukiet warzyw królewski 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2155.92 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 74.49 g; Węglowodany ogółem: 272.64 g; Witamina B12: 7.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.55 g; suma cukrów prostych: 77.11 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g; Magnez: 320.58 mg; Żelazo: 12.68 mg; Witamina A: 3033.07 mg; Witamina B6: 2.04 mg; Witamina C: 129.15 mg; Witamina E: 12.40 mg; Sód: 1945.74 mg; Wapń: 904.31 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt 120g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	kasza kuskus 200g (1), Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*, Kompot b/c 300ml*, bukiet warzyw królewski 150g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1990.12 kcal; Białko ogółem: 102.16 g; Tłuszcz: 56.79 g; Węglowodany ogółem: 273.72 g; Witamina B12: 6.36 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.22 g; suma cukrów prostych: 78.60 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g; Magnez: 312.98 mg; Żelazo: 10.57 mg; Witamina A: 2682.17 mg; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 129.15 mg; Witamina E: 11.42 mg; Sód: 1824.34 mg; Wapń: 903.71 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), schab na kartki 50g*, ser capresi 40g (2), brzoskwinia 1szt 120g, papryka świeża 90g , roszponka 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	kasza kuskus 200g (1), barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot b/c 300ml*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, bukiet warzyw królewski 150g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2469.66 kcal; Białko ogółem: 116.05 g; Tłuszcz: 78.24 g; Węglowodany ogółem: 324.18 g; Witamina B12: 7.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; suma cukrów prostych: 78.97 g; Błonnik pokarmowy: 39.26 g; Magnez: 487.08 mg; Żelazo: 18.21 mg; Witamina A: 3464.77 mg; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 240.45 mg; Witamina E: 13.64 mg; Sód: 2727.25 mg; Wapń: 1168.32 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 40g, brzoskwinia 1szt 120g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , roszponka 10g,	kasza kuskus 200g (1), barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*, Kompot b/c 300ml*, bukiet warzyw królewski 150g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Ser żółty 50g(2), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.41 kcal; Białko ogółem: 111.76 g; Tłuszcz: 83.26 g; Węglowodany ogółem: 283.06 g; Witamina B12: 6.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.48 g; suma cukrów prostych: 68.66 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 g; Magnez: 412.78 mg; Żelazo: 14.65 mg; Witamina A: 2932.87 mg; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 129.55 mg; Witamina E: 11.98 mg; Sód: 2410.85 mg; Wapń: 1314.62 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), brzoskwinia 1szt 120g, schab na kartki 40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, Sos grecki 150g (1,2,13)*, Kompot b/c 300ml*, bukiet warzyw królewski 150g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2554.71 kcal; Białko ogółem: 124.24 g; Tłuszcz: 81.65 g; Węglowodany ogółem: 295.96 g; Witamina B12: 7.00 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.12 g; suma cukrów prostych: 62.60 g; Błonnik pokarmowy: 43.49 g; Magnez: 556.28 mg; Żelazo: 16.74 mg; Witamina A: 3287.77 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 238.45 mg; Witamina E: 13.42 mg; Sód: 2758.75 mg; Wapń: 1440.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Buraczki gotowane 100g^, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 100g, ziemniaki 100g,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.63 kcal; Białko ogółem: 114.11 g; Tłuszcz: 91.68 g; Węglowodany ogółem: 225.86 g; Witamina B12: 6.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.98 g; suma cukrów prostych: 69.35 g; Błonnik pokarmowy: 16.20 g; Magnez: 352.35 mg; Żelazo: 11.62 mg; Witamina A: 1628.74 mg; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 143.89 mg; Witamina E: 7.82 mg; Sód: 1923.02 mg; Wapń: 1210.63 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt 120g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	kasza kuskus 200g (1), Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot b/c 300ml*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, bukiet warzyw królewski 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.42 kcal; Białko ogółem: 110.23 g; Tłuszcz: 85.64 g; Węglowodany ogółem: 275.77 g; Witamina B12: 7.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.95 g; suma cukrów prostych: 77.15 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g; Magnez: 329.38 mg; Żelazo: 12.88 mg; Witamina A: 3125.87 mg; Witamina B6: 2.10 mg; Witamina C: 129.15 mg; Witamina E: 12.60 mg; Sód: 2332.14 mg; Wapń: 1058.71 mg;

Dietetyk

.....