

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-21 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 , roszponka 10g,	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), kasza gryczana 200g, sałatka z kapustą czerwoną 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.05 kcal; Białko ogółem: 89.75 g; Tłuszcz: 67.99 g; Węglowodany ogółem: 334.28 g; Witamina B12: 3.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.30 g; suma cukrów prostych: 80.30 g; Błonnik pokarmowy: 36.81 g; Magnez: 432.76 mg; Żelazo: 11.91 mg; Witamina A: 1224.01 mg; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 265.66 mg; Witamina E: 12.44 mg; Sód: 2799.09 mg; Wapń: 1215.15 mg;

środa 2026-10-21 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), 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 jaglana gotowana 200g , Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2157.10 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 74.50 g; Węglowodany ogółem: 276.74 g; Witamina B12: 3.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.92 g; suma cukrów prostych: 79.75 g; Błonnik pokarmowy: 20.73 g; Magnez: 276.87 mg; Żelazo: 11.22 mg; Witamina A: 1391.75 mg; Witamina B6: 1.70 mg; Witamina C: 103.55 mg; Witamina E: 9.17 mg; Sód: 2165.99 mg; Wapń: 916.69 mg;

środa 2026-10-21 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 , roszponka 10g,	ogórkowa z ziem. 400ml (1,2,8,13)^, Gulasz wołowy 160g (1), ziemniaki gotowane 200g*, sałatka z kapustą czerwoną 150g(3,11,13), 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]: 2288.39 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz: 73.67 g; Węglowodany ogółem: 325.76 g; Witamina B12: 3.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.16 g; suma cukrów prostych: 63.91 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; Magnez: 408.30 mg; Żelazo: 12.19 mg; Witamina A: 1287.77 mg; Witamina B6: 3.10 mg; Witamina C: 291.04 mg; Witamina E: 12.37 mg; Sód: 3026.22 mg; Wapń: 1272.80 mg;

środa 2026-10-21 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 , roszponka 10g,	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), kasza gryczana 200g, sałatka z kapustą czerwoną 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2524.05 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz: 69.99 g; Węglowodany ogółem: 340.48 g; Witamina B12: 3.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.49 g; suma cukrów prostych: 84.50 g; Błonnik pokarmowy: 36.81 g; Magnez: 449.76 mg; Żelazo: 12.01 mg; Witamina A: 1240.01 mg; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 266.66 mg; Witamina E: 12.47 mg; Sód: 2862.09 mg; Wapń: 1385.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-10-21		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), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz z indyka 250g (1,13), sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), kasza jaglana gotowana 200g , Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka, Sos pomidorowy 100ml (1,2),
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2252.11 kcal; Białko ogółem: 97.58 g; Tłuszcz: 81.69 g; Węglowodany ogółem: 283.10 g; Witamina B12: 3.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.19 g; suma cukrów prostych: 83.63 g; Błonnik pokarmowy: 21.91 g; Magnez: 283.85 mg; Żelazo: 9.70 mg; Witamina A: 1586.60 mg; Witamina B6: 2.09 mg; Witamina C: 183.07 mg; Witamina E: 14.12 mg; Sód: 2305.44 mg; Wapń: 950.29 mg;

środa 2026-10-21		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 jaglana gotowana 200g , Kompot b/c 300g,	masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek 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]: 2003.72 kcal; Białko ogółem: 115.72 g; Tłuszcz: 50.72 g; Węglowodany ogółem: 271.87 g; Witamina B12: 3.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.34 g; suma cukrów prostych: 76.61 g; Błonnik pokarmowy: 20.58 g; Magnez: 313.44 mg; Żelazo: 11.44 mg; Witamina A: 777.65 mg; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 103.55 mg; Witamina E: 6.77 mg; Sód: 1666.85 mg; Wapń: 885.76 mg;

środa 2026-10-21		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, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2574.05 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz: 77.19 g; Węglowodany ogółem: 335.76 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.70 g; suma cukrów prostych: 80.34 g; Błonnik pokarmowy: 36.81 g; Magnez: 441.56 mg; Żelazo: 12.11 mg; Witamina A: 1316.81 mg; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 265.66 mg; Witamina E: 12.64 mg; Sód: 3185.49 mg; Wapń: 1369.55 mg;

środa 2026-10-21		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Kiełbasa 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, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.95 kcal; Białko ogółem: 75.82 g; Tłuszcz: 75.65 g; Węglowodany ogółem: 260.84 g; Witamina B12: 2.64 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.28 g; suma cukrów prostych: 65.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.98 g; Magnez: 275.57 mg; Żelazo: 7.33 mg; Witamina A: 983.89 mg; Witamina B6: 1.70 mg; Witamina C: 173.18 mg; Witamina E: 10.54 mg; Sód: 2100.73 mg; Wapń: 1117.93 mg;

środa 2026-10-21		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, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), 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]: 2374.45 kcal; Białko ogółem: 88.18 g; Tłuszcz: 73.59 g; Węglowodany ogółem: 298.77 g; Witamina B12: 3.35 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.62 g; suma cukrów prostych: 63.39 g; Błonnik pokarmowy: 34.47 g; Magnez: 421.86 mg; Żelazo: 11.56 mg; Witamina A: 1273.81 mg; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 263.66 mg; Witamina E: 12.25 mg; Sód: 2989.99 mg; Wapń: 1265.55 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-10-21		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 2026-10-21		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 jaglana gotowana 200g , Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.60 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 85.65 g; Węglowodany ogółem: 279.87 g; Witamina B12: 3.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.32 g; suma cukrów prostych: 79.79 g; Błonnik pokarmowy: 20.73 g; Magnez: 285.67 mg; Żelazo: 11.42 mg; Witamina A: 1484.55 mg; Witamina B6: 1.76 mg; Witamina C: 103.55 mg; Witamina E: 9.37 mg; Sód: 2552.39 mg; Wapń: 1071.09 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), twarożek 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 porowa 150g (3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.74 kcal; Białko ogółem: 109.26 g; Tłuszcz: 74.23 g; Węglowodany ogółem: 331.21 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.37 g; suma cukrów prostych: 69.84 g; Błonnik pokarmowy: 32.31 g; Magnez: 424.94 mg; Żelazo: 11.86 mg; Witamina A: 917.14 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 164.14 mg; Witamina E: 10.44 mg; Sód: 3407.56 mg; Wapń: 988.87 mg;

czwartek 2026-10-22 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek 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: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2244.64 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 79.55 g; Węglowodany ogółem: 281.67 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 68.31 g; Błonnik pokarmowy: 22.88 g; Magnez: 276.24 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: 1771.26 mg; Wapń: 855.78 mg;

czwartek 2026-10-22 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), twarożek 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 porowa 150g (3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, 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]: 2219.84 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 72.67 g; Węglowodany ogółem: 286.33 g; Witamina B12: 3.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.43 g; suma cukrów prostych: 54.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g; Magnez: 428.14 mg; Żelazo: 12.42 mg; Witamina A: 859.74 mg; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 197.74 mg; Witamina E: 9.98 mg; Sód: 3274.36 mg; Wapń: 730.07 mg;

czwartek 2026-10-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), twarożek 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 porowa 150g (3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.74 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz: 74.87 g; Węglowodany ogółem: 347.41 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.37 g; suma cukrów prostych: 69.84 g; Błonnik pokarmowy: 32.91 g; Magnez: 424.94 mg; Żelazo: 11.86 mg; Witamina A: 917.14 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 164.14 mg; Witamina E: 10.44 mg; Sód: 3407.56 mg; Wapń: 988.87 mg;

czwartek 2026-10-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek 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: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2244.64 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 79.55 g; Węglowodany ogółem: 281.67 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 68.31 g; Błonnik pokarmowy: 22.88 g; Magnez: 276.24 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: 1771.26 mg; Wapń: 855.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-10-22 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek 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: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1993.80 kcal; Białko ogółem: 110.70 g; Tłuszcz: 49.34 g; Węglowodany ogółem: 278.27 g; Witamina B12: 3.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.13 g; suma cukrów prostych: 67.32 g; Błonnik pokarmowy: 21.93 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: 1325.20 mg; Wapń: 829.00 mg;

czwartek 2026-10-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), twarożek 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 porowa 150g (3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszponka 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2553.34 kcal; Białko ogółem: 119.26 g; Tłuszcz: 84.63 g; Węglowodany ogółem: 331.25 g; Witamina B12: 4.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.57 g; suma cukrów prostych: 69.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.31 g; Magnez: 437.34 mg; Żelazo: 12.14 mg; Witamina A: 1027.54 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 164.14 mg; Witamina E: 10.60 mg; Sód: 3635.56 mg; Wapń: 1311.67 mg;

czwartek 2026-10-22 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 porowa 150g (3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , roszponka 10g, herbata 1 torebka, sok pomidorowy 200ml 1szt, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
		Posiłek nocny: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2139.06 kcal; Białko ogółem: 107.00 g; Tłuszcz: 76.34 g; Węglowodany ogółem: 251.60 g; Witamina B12: 3.58 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.59 g; suma cukrów prostych: 60.06 g; Błonnik pokarmowy: 22.26 g; Magnez: 274.72 mg; Żelazo: 8.73 mg; Witamina A: 1060.22 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 183.18 mg; Witamina E: 10.04 mg; Sód: 2335.17 mg; Wapń: 799.21 mg;

czwartek 2026-10-22 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), twarożek 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 porowa 150g (3,11,13), 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]: 2284.49 kcal; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 73.94 g; Węglowodany ogółem: 292.80 g; Witamina B12: 3.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.67 g; suma cukrów prostych: 62.50 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g; Magnez: 400.35 mg; Żelazo: 12.51 mg; Witamina A: 996.26 mg; Witamina B6: 3.11 mg; Witamina C: 205.05 mg; Witamina E: 10.42 mg; Sód: 2925.30 mg; Wapń: 728.42 mg;

czwartek 2026-10-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250g, 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 250g,
	Podwieczorek: ryżowa 400ml (13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2141.66 kcal; Białko ogółem: 125.77 g; Tłuszcz: 110.87 g; Węglowodany ogółem: 155.67 g; Witamina B12: 5.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.70 g; suma cukrów prostych: 55.95 g; Błonnik pokarmowy: 12.27 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 2026-10-22		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350g (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), twarożek 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: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.74 kcal; Białko ogółem: 117.68 g; Tłuszcz: 98.94 g; Węglowodany ogółem: 282.15 g; Witamina B12: 4.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.96 g; suma cukrów prostych: 68.31 g; Błonnik pokarmowy: 22.94 g; Magnez: 281.04 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: 2198.46 mg; Wapń: 861.18 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-23 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), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszanej 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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2340.43 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 77.43 g; Węglowodany ogółem: 316.66 g; Witamina B12: 7.03 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.85 g; suma cukrów prostych: 106.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g; Magnez: 342.30 mg; Żelazo: 10.96 mg; Witamina A: 1399.42 mg; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 113.26 mg; Witamina E: 8.92 mg; Sód: 4478.58 mg; Wapń: 1145.96 mg;

piątek 2026-10-23 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), filet pieczony z indyka 60g , 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)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.70 kcal; Białko ogółem: 108.67 g; Tłuszcz: 71.94 g; Węglowodany ogółem: 355.46 g; Witamina B12: 6.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.73 g; suma cukrów prostych: 146.62 g; Błonnik pokarmowy: 20.16 g; Magnez: 277.35 mg; Żelazo: 9.04 mg; Witamina A: 1804.85 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 129.87 mg; Witamina E: 9.54 mg; Sód: 3219.82 mg; Wapń: 1001.80 mg;

piątek 2026-10-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów 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), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszanej 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]: 1998.50 kcal; Białko ogółem: 104.05 g; Tłuszcz: 61.18 g; Węglowodany ogółem: 249.63 g; Witamina B12: 6.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.91 g; suma cukrów prostych: 62.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g; Magnez: 344.81 mg; Żelazo: 10.99 mg; Witamina A: 1379.14 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 112.72 mg; Witamina E: 8.67 mg; Sód: 3959.73 mg; Wapń: 911.60 mg;

piątek 2026-10-23 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), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszanej 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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2262.88 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 78.59 g; Węglowodany ogółem: 287.04 g; Witamina B12: 7.03 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.11 g; suma cukrów prostych: 77.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g; Magnez: 348.21 mg; Żelazo: 11.11 mg; Witamina A: 1550.23 mg; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 112.77 mg; Witamina E: 9.30 mg; Sód: 4761.22 mg; Wapń: 1147.50 mg;

piątek 2026-10-23 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), filet pieczony z indyka 60g , 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)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.70 kcal; Białko ogółem: 108.67 g; Tłuszcz: 71.94 g; Węglowodany ogółem: 355.46 g; Witamina B12: 6.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.73 g; suma cukrów prostych: 146.62 g; Błonnik pokarmowy: 20.16 g; Magnez: 277.35 mg; Żelazo: 9.04 mg; Witamina A: 1804.85 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 129.87 mg; Witamina E: 9.54 mg; Sód: 3219.82 mg; Wapń: 1001.80 mg;

piątek 2026-10-23		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), filet pieczony z indyka 60g , 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 miruny 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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.92 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 55.93 g; Węglowodany ogółem: 353.35 g; Witamina B12: 6.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.18 g; suma cukrów prostych: 147.76 g; Błonnik pokarmowy: 20.17 g; Magnez: 291.20 mg; Żelazo: 8.66 mg; Witamina A: 1191.15 mg; Witamina B6: 2.04 mg; Witamina C: 115.19 mg; Witamina E: 8.81 mg; Sód: 1857.65 mg; Wapń: 1013.28 mg;

piątek 2026-10-23		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), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), 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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2449.43 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 103.23 g; Węglowodany ogółem: 281.38 g; Witamina B12: 6.96 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.20 g; suma cukrów prostych: 71.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.19 g; Magnez: 337.50 mg; Żelazo: 10.66 mg; Witamina A: 1649.62 mg; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 102.66 mg; Witamina E: 9.74 mg; Sód: 4470.18 mg; Wapń: 1032.56 mg;

piątek 2026-10-23		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), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), 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]: 2345.66 kcal; Białko ogółem: 96.62 g; Tłuszcz: 79.80 g; Węglowodany ogółem: 313.28 g; Witamina B12: 7.70 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.83 g; suma cukrów prostych: 134.20 g; Błonnik pokarmowy: 19.12 g; Magnez: 267.48 mg; Żelazo: 11.14 mg; Witamina A: 1590.41 mg; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 119.03 mg; Witamina E: 11.49 mg; Sód: 3659.81 mg; Wapń: 822.02 mg;

piątek 2026-10-23		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), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (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]: 1965.85 kcal; Białko ogółem: 103.25 g; Tłuszcz: 59.71 g; Węglowodany ogółem: 245.37 g; Witamina B12: 6.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.51 g; suma cukrów prostych: 62.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; Magnez: 342.46 mg; Żelazo: 10.65 mg; Witamina A: 1326.14 mg; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 109.62 mg; Witamina E: 7.97 mg; Sód: 3957.13 mg; Wapń: 904.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-10-23 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
kakao bez cukru 250ml (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kefir 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 250g, 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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2013.80 kcal; Białko ogółem: 111.53 g; Tłuszcz: 82.35 g; Węglowodany ogółem: 214.10 g; Witamina B12: 4.49 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.31 g; suma cukrów prostych: 46.76 g; Błonnik pokarmowy: 19.67 g; Magnez: 366.82 mg; Żelazo: 9.66 mg; Witamina A: 2092.75 mg; Witamina B6: 3.72 mg; Witamina C: 180.61 mg; Witamina E: 5.92 mg; Sód: 768.02 mg; Wapń: 988.99 mg;

piątek 2026-10-23 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)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (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), serek tartare 2 szt. (40g), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2660.01 kcal; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 88.23 g; Węglowodany ogółem: 357.47 g; Witamina B12: 9.27 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.86 g; suma cukrów prostych: 150.55 g; Błonnik pokarmowy: 20.02 g; Magnez: 299.55 mg; Żelazo: 11.40 mg; Witamina A: 2425.10 mg; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 128.56 mg; Witamina E: 11.41 mg; Sód: 3769.79 mg; Wapń: 1131.24 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-24 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 110g w sosie wł. 80g (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]: 2251.99 kcal; Białko ogółem: 108.21 g; Tłuszcz: 66.63 g; Węglowodany ogółem: 303.40 g; Witamina B12: 2.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.81 g; suma cukrów prostych: 82.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g; Magnez: 323.39 mg; Żelazo: 10.99 mg; Witamina A: 1321.04 mg; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 224.94 mg; Witamina E: 11.92 mg; Sód: 2010.54 mg; Wapń: 869.02 mg;

sobota 2026-10-24 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 110g w sosie wł. 80g (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]: 2189.27 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; Tłuszcz: 69.82 g; Węglowodany ogółem: 282.74 g; Witamina B12: 2.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.03 g; suma cukrów prostych: 73.34 g; Błonnik pokarmowy: 16.29 g; Magnez: 267.17 mg; Żelazo: 10.00 mg; Witamina A: 938.50 mg; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 98.34 mg; Witamina E: 9.29 mg; Sód: 1666.16 mg; Wapń: 851.22 mg;

sobota 2026-10-24 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 110g w sosie wł. 80g (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]: 2161.39 kcal; Białko ogółem: 106.38 g; Tłuszcz: 69.24 g; Węglowodany ogółem: 278.16 g; Witamina B12: 2.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 71.60 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; Magnez: 357.29 mg; Żelazo: 12.56 mg; Witamina A: 1317.24 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 221.94 mg; Witamina E: 12.41 mg; Sód: 1898.94 mg; Wapń: 783.82 mg;

sobota 2026-10-24 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 110g w sosie wł. 80g (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]: 2329.99 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 67.27 g; Węglowodany ogółem: 319.60 g; Witamina B12: 2.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.81 g; suma cukrów prostych: 82.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g; Magnez: 323.39 mg; Żelazo: 10.99 mg; Witamina A: 1321.04 mg; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 224.94 mg; Witamina E: 11.92 mg; Sód: 2010.54 mg; Wapń: 869.02 mg;

sobota 2026-10-24 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 110g w sosie wł. 80g (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]: 2189.27 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; Tłuszcz: 69.82 g; Węglowodany ogółem: 282.74 g; Witamina B12: 2.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.03 g; suma cukrów prostych: 73.34 g; Błonnik pokarmowy: 16.29 g; Magnez: 267.17 mg; Żelazo: 10.00 mg; Witamina A: 938.50 mg; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 98.34 mg; Witamina E: 9.29 mg; Sód: 1666.16 mg; Wapń: 851.22 mg;

sobota 2026-10-24		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]: 2031.07 kcal; Białko ogółem: 113.67 g; Tłuszcz: 51.77 g; Węglowodany ogółem: 279.02 g; Witamina B12: 2.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.94 g; suma cukrów prostych: 73.25 g; Błonnik pokarmowy: 16.18 g; Magnez: 273.12 mg; Żelazo: 10.00 mg; Witamina A: 858.30 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 98.34 mg; Witamina E: 6.41 mg; Sód: 1676.76 mg; Wapń: 849.67 mg;

sobota 2026-10-24		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 110g w sosie wł. 80g (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]: 2300.99 kcal; Białko ogółem: 118.11 g; Tłuszcz: 66.88 g; Węglowodany ogółem: 305.15 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.95 g; suma cukrów prostych: 83.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g; Magnez: 327.89 mg; Żelazo: 11.09 mg; Witamina A: 1323.54 mg; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 224.94 mg; Witamina E: 11.92 mg; Sód: 2031.04 mg; Wapń: 917.02 mg;

sobota 2026-10-24		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 110g w sosie wł. 80g (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]: 2022.97 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 72.35 g; Węglowodany ogółem: 242.27 g; Witamina B12: 2.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.50 g; suma cukrów prostych: 56.14 g; Błonnik pokarmowy: 15.54 g; Magnez: 243.89 mg; Żelazo: 9.41 mg; Witamina A: 909.28 mg; Witamina B6: 2.11 mg; Witamina C: 92.64 mg; Witamina E: 9.89 mg; Sód: 1646.28 mg; Wapń: 692.58 mg;

sobota 2026-10-24		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 110g w sosie wł. 80g (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]: 2161.39 kcal; Białko ogółem: 106.38 g; Tłuszcz: 69.24 g; Węglowodany ogółem: 278.16 g; Witamina B12: 2.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 71.60 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; Magnez: 357.29 mg; Żelazo: 12.56 mg; Witamina A: 1317.24 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 221.94 mg; Witamina E: 12.41 mg; Sód: 1898.94 mg; Wapń: 783.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-10-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250g, 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 250g, 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 2026-10-24 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 110g w sosie wł. 80g (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]: 2348.27 kcal; Białko ogółem: 123.22 g; Tłuszcz: 79.27 g; Węglowodany ogółem: 285.97 g; Witamina B12: 3.75 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.57 g; suma cukrów prostych: 74.93 g; Błonnik pokarmowy: 16.29 g; Magnez: 280.47 mg; Żelazo: 10.30 mg; Witamina A: 1033.80 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 98.34 mg; Witamina E: 9.50 mg; Sód: 2073.06 mg; Wapń: 1053.62 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-25 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),	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13) [^] , kotlet schabowy 130g (1,3), 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]: 2412.28 kcal; Białko ogółem: 108.95 g; Tłuszcz: 81.43 g; Węglowodany ogółem: 311.26 g; Witamina B12: 4.47 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.80 g; suma cukrów prostych: 60.75 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g; Magnez: 398.44 mg; Żelazo: 12.17 mg; Witamina A: 3194.66 mg; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 103.56 mg; Witamina E: 11.11 mg; Sód: 4293.20 mg; Wapń: 1270.70 mg;

niedziela 2026-10-25 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 [^] ,	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13) [^] , bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), 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]: 2334.55 kcal; Białko ogółem: 109.86 g; Tłuszcz: 84.16 g; Węglowodany ogółem: 285.78 g; Witamina B12: 4.35 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.12 g; suma cukrów prostych: 62.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.65 g; Magnez: 319.65 mg; Żelazo: 9.88 mg; Witamina A: 1626.68 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 192.63 mg; Witamina E: 11.99 mg; Sód: 5599.75 mg; Wapń: 1155.22 mg;

niedziela 2026-10-25 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 [^] ,	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13) [^] , bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), 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]: 2197.30 kcal; Białko ogółem: 109.42 g; Tłuszcz: 76.38 g; Węglowodany ogółem: 254.94 g; Witamina B12: 4.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.42 g; suma cukrów prostych: 56.70 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g; Magnez: 440.35 mg; Żelazo: 15.01 mg; Witamina A: 1785.52 mg; Witamina B6: 3.03 mg; Witamina C: 178.92 mg; Witamina E: 12.33 mg; Sód: 6760.45 mg; Wapń: 836.89 mg;

niedziela 2026-10-25 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),	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13) [^] , kotlet schabowy 130g (1,3), 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]: 2462.28 kcal; Białko ogółem: 112.35 g; Tłuszcz: 83.43 g; Węglowodany ogółem: 315.96 g; Witamina B12: 4.97 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.99 g; suma cukrów prostych: 64.85 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g; Magnez: 408.44 mg; Żelazo: 12.27 mg; Witamina A: 3210.66 mg; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 103.56 mg; Witamina E: 11.14 mg; Sód: 4331.20 mg; Wapń: 1373.70 mg;

niedziela 2026-10-25 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 [^] ,	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13) [^] , bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), 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]: 2334.55 kcal; Białko ogółem: 109.86 g; Tłuszcz: 84.16 g; Węglowodany ogółem: 285.78 g; Witamina B12: 4.35 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.12 g; suma cukrów prostych: 62.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.65 g; Magnez: 319.65 mg; Żelazo: 9.88 mg; Witamina A: 1626.68 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 192.63 mg; Witamina E: 11.99 mg; Sód: 5599.75 mg; Wapń: 1155.22 mg;

niedziela 2026-10-25 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek 50g(2)^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 100g^,	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, 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]: 2051.75 kcal; Białko ogółem: 118.99 g; Tłuszcz: 53.12 g; Węglowodany ogółem: 276.35 g; Witamina B12: 3.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.86 g; suma cukrów prostych: 63.40 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g; Magnez: 306.75 mg; Żelazo: 8.71 mg; Witamina A: 1448.28 mg; Witamina B6: 2.77 mg; Witamina C: 192.49 mg; Witamina E: 8.87 mg; Sód: 2444.75 mg; Wapń: 1024.63 mg;

niedziela 2026-10-25 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),	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), 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]: 2507.08 kcal; Białko ogółem: 119.03 g; Tłuszcz: 83.95 g; Węglowodany ogółem: 319.24 g; Witamina B12: 4.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.31 g; suma cukrów prostych: 68.49 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g; Magnez: 403.24 mg; Żelazo: 12.29 mg; Witamina A: 3215.66 mg; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 103.56 mg; Witamina E: 11.15 mg; Sód: 4317.20 mg; Wapń: 1321.70 mg;

niedziela 2026-10-25 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),	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), 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]: 2330.38 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 77.66 g; Węglowodany ogółem: 297.31 g; Witamina B12: 3.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.05 g; suma cukrów prostych: 77.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g; Magnez: 287.86 mg; Żelazo: 10.79 mg; Witamina A: 3322.26 mg; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 133.79 mg; Witamina E: 12.23 mg; Sód: 3196.98 mg; Wapń: 756.93 mg;

niedziela 2026-10-25 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^,	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), 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]: 2187.30 kcal; Białko ogółem: 108.52 g; Tłuszcz: 76.38 g; Węglowodany ogółem: 253.44 g; Witamina B12: 4.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.42 g; suma cukrów prostych: 56.60 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g; Magnez: 433.35 mg; Żelazo: 15.01 mg; Witamina A: 1785.52 mg; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 177.92 mg; Witamina E: 12.33 mg; Sód: 6735.45 mg; Wapń: 769.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-10-25		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
herbata bez cukru 250g, 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 250g, 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 2026-10-25		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^,	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), 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]: 2442.02 kcal; Białko ogółem: 130.79 g; Tłuszcz: 79.12 g; Węglowodany ogółem: 304.02 g; Witamina B12: 4.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 81.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; Magnez: 325.42 mg; Żelazo: 10.14 mg; Witamina A: 1595.44 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 198.66 mg; Witamina E: 11.96 mg; Sód: 5271.02 mg; Wapń: 1133.61 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), śliwki 150g, rukola 10g, ogórek świeży 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), 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]: 2916.24 kcal; Białko ogółem: 130.50 g; Tłuszcz: 86.89 g; Węglowodany ogółem: 395.06 g; Witamina B12: 4.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.81 g; suma cukrów prostych: 69.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.50 g; Magnez: 404.17 mg; Żelazo: 14.50 mg; Witamina A: 1206.44 mg; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 78.05 mg; Witamina E: 7.98 mg; Sód: 2473.65 mg; Wapń: 857.59 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 400g (1,2,13), 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]: 2608.44 kcal; Białko ogółem: 112.10 g; Tłuszcz: 88.48 g; Węglowodany ogółem: 342.32 g; Witamina B12: 3.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.17 g; suma cukrów prostych: 90.92 g; Błonnik pokarmowy: 16.94 g; Magnez: 344.72 mg; Żelazo: 10.51 mg; Witamina A: 1553.69 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 123.17 mg; Witamina E: 12.78 mg; Sód: 1648.13 mg; Wapń: 881.76 mg;

poniedziałek 2026-10-26 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), śliwki 150g, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, ogórek świeży 90g ,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), 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]: 2441.50 kcal; Białko ogółem: 116.68 g; Tłuszcz: 82.64 g; Węglowodany ogółem: 302.86 g; Witamina B12: 3.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.50 g; suma cukrów prostych: 61.17 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g; Magnez: 349.17 mg; Żelazo: 10.79 mg; Witamina A: 985.54 mg; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 59.87 mg; Witamina E: 7.48 mg; Sód: 2657.99 mg; Wapń: 869.79 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), śliwki 150g, rukola 10g, ogórek świeży 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), 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]: 2976.24 kcal; Białko ogółem: 134.80 g; Tłuszcz: 88.89 g; Węglowodany ogółem: 401.26 g; Witamina B12: 5.17 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.00 g; suma cukrów prostych: 73.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.50 g; Magnez: 421.17 mg; Żelazo: 14.60 mg; Witamina A: 1222.44 mg; Witamina B6: 2.90 mg; Witamina C: 79.05 mg; Witamina E: 8.01 mg; Sód: 2536.65 mg; Wapń: 1027.59 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 400g (1,2,13), 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 ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.44 kcal; Białko ogółem: 112.10 g; Tłuszcz: 88.48 g; Węglowodany ogółem: 342.32 g; Witamina B12: 3.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.17 g; suma cukrów prostych: 90.92 g; Błonnik pokarmowy: 16.94 g; Magnez: 344.72 mg; Żelazo: 10.51 mg; Witamina A: 1553.69 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 123.17 mg; Witamina E: 12.78 mg; Sód: 1648.13 mg; Wapń: 881.76 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, makaron gotowany 200g (1,3), szpinak gotowany b/tł 100g m, Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , 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]: 2277.30 kcal; Białko ogółem: 120.16 g; Tłuszcz: 52.98 g; Węglowodany ogółem: 333.79 g; Witamina B12: 3.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.83 g; suma cukrów prostych: 90.70 g; Błonnik pokarmowy: 16.49 g; Magnez: 344.89 mg; Żelazo: 9.65 mg; Witamina A: 1448.62 mg; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 122.12 mg; Witamina E: 8.29 mg; Sód: 2005.08 mg; Wapń: 859.08 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (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), śliwki 150g, rukola 10g, ogórek świeży 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), 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]: 2965.24 kcal; Białko ogółem: 140.40 g; Tłuszcz: 87.14 g; Węglowodany ogółem: 396.81 g; Witamina B12: 5.12 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.95 g; suma cukrów prostych: 70.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.50 g; Magnez: 408.67 mg; Żelazo: 14.60 mg; Witamina A: 1208.94 mg; Witamina B6: 2.88 mg; Witamina C: 78.05 mg; Witamina E: 7.99 mg; Sód: 2494.15 mg; Wapń: 905.59 mg;

poniedziałek 2026-10-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Banan 1 szt 200g, ser capresi 40g (2), rukola 10g, ogórek świeży 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), 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]: 2816.27 kcal; Białko ogółem: 121.98 g; Tłuszcz: 101.10 g; Węglowodany ogółem: 348.83 g; Witamina B12: 4.42 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.58 g; suma cukrów prostych: 82.83 g; Błonnik pokarmowy: 20.37 g; Magnez: 349.58 mg; Żelazo: 12.04 mg; Witamina A: 1260.49 mg; Witamina B6: 3.14 mg; Witamina C: 90.04 mg; Witamina E: 8.43 mg; Sód: 2113.69 mg; Wapń: 722.66 mg;

poniedziałek 2026-10-26 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), śliwki 150g, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), 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]: 2652.64 kcal; Białko ogółem: 127.78 g; Tłuszcz: 85.53 g; Węglowodany ogółem: 340.19 g; Witamina B12: 3.48 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.57 g; suma cukrów prostych: 59.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g; Magnez: 416.17 mg; Żelazo: 13.15 mg; Witamina A: 916.24 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 59.65 mg; Witamina E: 7.05 mg; Sód: 2704.75 mg; Wapń: 863.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350g (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 250g, 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 2026-10-26		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Szyńka Ojca Grzegorza 50g, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, bitka schabowa duszona 100g , Ryż gotowany 200g, 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]: 2763.49 kcal; Białko ogółem: 127.66 g; Tłuszcz: 98.36 g; Węglowodany ogółem: 338.09 g; Witamina B12: 4.64 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.07 g; suma cukrów prostych: 92.66 g; Błonnik pokarmowy: 14.56 g; Magnez: 321.22 mg; Żelazo: 10.14 mg; Witamina A: 1024.49 mg; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 89.39 mg; Witamina E: 10.40 mg; Sód: 5570.09 mg; Wapń: 880.93 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślane 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.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), 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]: 2428.76 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 92.83 g; Węglowodany ogółem: 306.66 g; Witamina B12: 4.43 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.32 g; suma cukrów prostych: 113.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.38 g; Magnez: 396.01 mg; Żelazo: 12.17 mg; Witamina A: 2091.96 mg; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 240.97 mg; Witamina E: 12.46 mg; Sód: 3345.45 mg; Wapń: 1391.25 mg;

wtorek 2026-10-27 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślane 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.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, 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]: 2375.22 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 92.12 g; Węglowodany ogółem: 298.62 g; Witamina B12: 4.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.45 g; suma cukrów prostych: 114.26 g; Błonnik pokarmowy: 20.21 g; Magnez: 345.44 mg; Żelazo: 12.41 mg; Witamina A: 1673.19 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 105.36 mg; Witamina E: 9.05 mg; Sód: 2818.35 mg; Wapń: 1189.15 mg;

wtorek 2026-10-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, jabłko deserowe 1szt. 153g, kurczak gotowany premium 30g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g, szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, 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]: 2106.52 kcal; Białko ogółem: 108.02 g; Tłuszcz: 73.68 g; Węglowodany ogółem: 252.06 g; Witamina B12: 3.41 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 60.40 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; Magnez: 366.93 mg; Żelazo: 13.24 mg; Witamina A: 1573.61 mg; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 222.28 mg; Witamina E: 8.17 mg; Sód: 2548.51 mg; Wapń: 1142.67 mg;

wtorek 2026-10-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślane 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.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), 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]: 2506.76 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 93.47 g; Węglowodany ogółem: 322.86 g; Witamina B12: 4.43 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.32 g; suma cukrów prostych: 113.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.98 g; Magnez: 396.01 mg; Żelazo: 12.17 mg; Witamina A: 2091.96 mg; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 240.97 mg; Witamina E: 12.46 mg; Sód: 3345.45 mg; Wapń: 1391.25 mg;

wtorek 2026-10-27 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 maślane 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.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, 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),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2375.22 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 92.12 g; Węglowodany ogółem: 298.62 g; Witamina B12: 4.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.45 g; suma cukrów prostych: 114.26 g; Błonnik pokarmowy: 20.21 g; Magnez: 345.44 mg; Żelazo: 12.41 mg; Witamina A: 1673.19 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 105.36 mg; Witamina E: 9.05 mg; Sód: 2818.35 mg; Wapń: 1189.15 mg;

wtorek 2026-10-27		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.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, 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)^, roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2048.32 kcal; Białko ogółem: 111.06 g; Tłuszcz: 49.39 g; Węglowodany ogółem: 299.61 g; Witamina B12: 3.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.40 g; suma cukrów prostych: 114.20 g; Błonnik pokarmowy: 20.21 g; Magnez: 334.14 mg; Żelazo: 11.32 mg; Witamina A: 1109.79 mg; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 105.36 mg; Witamina E: 7.10 mg; Sód: 1592.95 mg; Wapń: 1062.36 mg;

wtorek 2026-10-27		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.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), 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, roszonek 10g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2482.76 kcal; Białko ogółem: 108.61 g; Tłuszcz: 94.28 g; Węglowodany ogółem: 307.26 g; Witamina B12: 4.43 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.02 g; suma cukrów prostych: 113.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.38 g; Magnez: 396.01 mg; Żelazo: 12.17 mg; Witamina A: 2091.96 mg; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 240.97 mg; Witamina E: 12.46 mg; Sód: 3706.45 mg; Wapń: 1391.25 mg;

wtorek 2026-10-27		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.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.96 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 79.00 g; Węglowodany ogółem: 275.54 g; Witamina B12: 3.43 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.59 g; suma cukrów prostych: 111.32 g; Błonnik pokarmowy: 16.09 g; Magnez: 274.52 mg; Żelazo: 8.51 mg; Witamina A: 1331.04 mg; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 112.25 mg; Witamina E: 9.58 mg; Sód: 2744.69 mg; Wapń: 892.63 mg;

wtorek 2026-10-27		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, jabłko deserowe 1szt. 153g, kurczak gotowany premium 30g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, 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, roszonek 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2106.52 kcal; Białko ogółem: 108.02 g; Tłuszcz: 73.68 g; Węglowodany ogółem: 252.06 g; Witamina B12: 3.41 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 60.40 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; Magnez: 366.93 mg; Żelazo: 13.24 mg; Witamina A: 1573.61 mg; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 222.28 mg; Witamina E: 8.17 mg; Sód: 2548.51 mg; Wapń: 1142.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-10-27		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), 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 250g,
	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]: 2086.08 kcal; Białko ogółem: 134.73 g; Tłuszcz: 106.37 g; Węglowodany ogółem: 146.38 g; Witamina B12: 5.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.74 g; suma cukrów prostych: 53.30 g; Błonnik pokarmowy: 15.29 g; Magnez: 343.45 mg; Żelazo: 11.26 mg; Witamina A: 2250.14 mg; Witamina B6: 2.99 mg; Witamina C: 111.99 mg; Witamina E: 8.89 mg; Sód: 1380.72 mg; Wapń: 916.04 mg;

wtorek 2026-10-27		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślan 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.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, 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]: 2432.22 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 86.82 g; Węglowodany ogółem: 314.84 g; Witamina B12: 4.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.33 g; suma cukrów prostych: 131.42 g; Błonnik pokarmowy: 20.31 g; Magnez: 344.64 mg; Żelazo: 12.41 mg; Witamina A: 1612.39 mg; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 106.06 mg; Witamina E: 8.92 mg; Sód: 2467.95 mg; Wapń: 1113.75 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-28 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*, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , 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]: 2578.86 kcal; Białko ogółem: 113.53 g; Tłuszcz: 68.88 g; Węglowodany ogółem: 378.10 g; Witamina B12: 7.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.27 g; suma cukrów prostych: 108.69 g; Błonnik pokarmowy: 42.78 g; Magnez: 555.08 mg; Żelazo: 18.09 mg; Witamina A: 3271.17 mg; Witamina B6: 4.08 mg; Witamina C: 277.21 mg; Witamina E: 12.91 mg; Sód: 2351.65 mg; Wapń: 1020.72 mg;

środa 2026-10-28 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , Sos grecki 150g (1,2,13)*, Kompot b/c 300ml*, salata zielona z jogurtem 100g (2),	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]: 2327.77 kcal; Białko ogółem: 101.31 g; Tłuszcz: 69.76 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; Witamina B12: 7.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 105.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.04 g; Magnez: 393.93 mg; Żelazo: 12.66 mg; Witamina A: 2276.97 mg; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 140.73 mg; Witamina E: 10.16 mg; Sód: 2130.05 mg; Wapń: 947.06 mg;

środa 2026-10-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt 200g, 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)^, ziemniaki gotowane 200g , Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot b/c 300ml*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, salata zielona z jogurtem 100g (2),	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: Biskopki bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.76 kcal; Białko ogółem: 112.10 g; Tłuszcz: 71.55 g; Węglowodany ogółem: 345.63 g; Witamina B12: 7.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.82 g; suma cukrów prostych: 90.78 g; Błonnik pokarmowy: 40.30 g; Magnez: 583.33 mg; Żelazo: 18.87 mg; Witamina A: 2665.67 mg; Witamina B6: 4.04 mg; Witamina C: 250.03 mg; Witamina E: 11.66 mg; Sód: 2800.66 mg; Wapń: 1121.47 mg;

środa 2026-10-28 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*, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	ziemniaki gotowane 200g , 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]: 2638.86 kcal; Białko ogółem: 117.83 g; Tłuszcz: 70.88 g; Węglowodany ogółem: 384.30 g; Witamina B12: 8.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.46 g; suma cukrów prostych: 112.89 g; Błonnik pokarmowy: 42.78 g; Magnez: 572.08 mg; Żelazo: 18.19 mg; Witamina A: 3287.17 mg; Witamina B6: 4.14 mg; Witamina C: 278.21 mg; Witamina E: 12.94 mg; Sód: 2414.65 mg; Wapń: 1190.72 mg;

środa 2026-10-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*, salata zielona z jogurtem 100g (2), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300ml*,	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),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.77 kcal; Białko ogółem: 101.31 g; Tłuszcz: 69.76 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; Witamina B12: 7.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 105.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.04 g; Magnez: 393.93 mg; Żelazo: 12.66 mg; Witamina A: 2276.97 mg; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 140.73 mg; Witamina E: 10.16 mg; Sód: 2130.05 mg; Wapń: 947.06 mg;

środa 2026-10-28 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*, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*, ziemniaki gotowane 200g , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2161.97 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 52.06 g; Węglowodany ogółem: 326.39 g; Witamina B12: 6.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.31 g; suma cukrów prostych: 107.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.04 g; Magnez: 386.33 mg; Żelazo: 10.55 mg; Witamina A: 1926.07 mg; Witamina B6: 3.10 mg; Witamina C: 140.73 mg; Witamina E: 9.18 mg; Sód: 2008.65 mg; Wapń: 946.46 mg;

środa 2026-10-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), schab na kartki 50g*, ser capresi 40g (2), Banan 1 szt 200g, papryka świeża 90g , roszponka 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , Sos grecki 150g (1,2,13)*, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300ml*,	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]: 2688.86 kcal; Białko ogółem: 117.93 g; Tłuszcz: 78.08 g; Węglowodany ogółem: 379.58 g; Witamina B12: 7.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.67 g; suma cukrów prostych: 108.73 g; Błonnik pokarmowy: 42.78 g; Magnez: 563.88 mg; Żelazo: 18.29 mg; Witamina A: 3363.97 mg; Witamina B6: 4.14 mg; Witamina C: 277.21 mg; Witamina E: 13.11 mg; Sód: 2738.05 mg; Wapń: 1175.12 mg;

środa 2026-10-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 40g, Banan 1 szt 200g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , roszponka 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , Sos grecki 150g (1,2,13)*, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Ser żółty 50g(2), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2509.61 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 83.10 g; Węglowodany ogółem: 338.46 g; Witamina B12: 6.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.57 g; suma cukrów prostych: 98.42 g; Błonnik pokarmowy: 35.01 g; Magnez: 489.58 mg; Żelazo: 14.73 mg; Witamina A: 2832.07 mg; Witamina B6: 3.48 mg; Witamina C: 166.31 mg; Witamina E: 11.44 mg; Sód: 2421.65 mg; Wapń: 1321.42 mg;

środa 2026-10-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt 200g, 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), ziemniaki gotowane 200g , Sos grecki 150g (1,2,13)*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2505.76 kcal; Białko ogółem: 117.60 g; Tłuszcz: 74.85 g; Węglowodany ogółem: 345.08 g; Witamina B12: 7.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.82 g; suma cukrów prostych: 90.83 g; Błonnik pokarmowy: 40.30 g; Magnez: 586.83 mg; Żelazo: 17.02 mg; Witamina A: 2531.67 mg; Witamina B6: 3.95 mg; Witamina C: 250.03 mg; Witamina E: 11.12 mg; Sód: 2944.66 mg; Wapń: 1477.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-10-28 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 2026-10-28 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*, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	ziemniaki gotowane 200g , Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	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]: 2489.27 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz: 80.91 g; Węglowodany ogółem: 328.44 g; Witamina B12: 8.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.04 g; suma cukrów prostych: 105.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.04 g; Magnez: 402.73 mg; Żelazo: 12.86 mg; Witamina A: 2369.77 mg; Witamina B6: 3.22 mg; Witamina C: 140.73 mg; Witamina E: 10.36 mg; Sód: 2516.45 mg; Wapń: 1101.46 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), kasza pęczak 200g.(1), kapusta biała zasmażana 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2662.55 kcal; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 98.55 g; Węglowodany ogółem: 336.21 g; Witamina B12: 4.40 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.87 g; suma cukrów prostych: 71.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; Magnez: 438.02 mg; Żelazo: 12.70 mg; Witamina A: 1099.44 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 152.51 mg; Witamina E: 13.79 mg; Sód: 7256.44 mg; Wapń: 1164.61 mg;

czwartek 2026-10-29 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (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), sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13), rukola 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), bukiet warzyw królewski 150g, kasza kuskus 200g (1), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.91 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 107.53 g; Węglowodany ogółem: 268.61 g; Witamina B12: 5.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.39 g; suma cukrów prostych: 62.84 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g; Magnez: 300.90 mg; Żelazo: 10.84 mg; Witamina A: 2429.59 mg; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 118.72 mg; Witamina E: 11.49 mg; Sód: 5006.58 mg; Wapń: 1090.41 mg;

czwartek 2026-10-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt. 150g, kielbasa szynkowa dębowa 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), kasza pęczak 200g.(1), bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszonek 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]: 2354.05 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 91.75 g; Węglowodany ogółem: 276.30 g; Witamina B12: 3.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.10 g; suma cukrów prostych: 65.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g; Magnez: 429.57 mg; Żelazo: 13.08 mg; Witamina A: 1691.49 mg; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 101.79 mg; Witamina E: 11.54 mg; Sód: 6144.39 mg; Wapń: 917.68 mg;

czwartek 2026-10-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Sos myśliwski 100g (1), bitka schabowa duszona 100g , kasza pęczak 200g.(1), kapusta biała zasmażana 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	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: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2722.55 kcal; Białko ogółem: 114.56 g; Tłuszcz: 100.55 g; Węglowodany ogółem: 342.41 g; Witamina B12: 4.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.06 g; suma cukrów prostych: 75.77 g; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; Magnez: 455.02 mg; Żelazo: 12.80 mg; Witamina A: 1115.44 mg; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 153.51 mg; Witamina E: 13.82 mg; Sód: 7319.44 mg; Wapń: 1334.61 mg;

czwartek 2026-10-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350g (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), sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13), rukola 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), bukiet warzyw królewski 150g, kasza pęczak 200g.(1), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2487.81 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 107.44 g; Węglowodany ogółem: 272.52 g; Witamina B12: 5.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.34 g; suma cukrów prostych: 63.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.92 g; Magnez: 290.25 mg; Żelazo: 10.19 mg; Witamina A: 2429.59 mg; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 118.72 mg; Witamina E: 11.60 mg; Sód: 5201.03 mg; Wapń: 1094.46 mg;

czwartek 2026-10-29		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13), rukola 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, bukiet warzyw królewski 150g, kasza kuskus 200g (1), Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2043.01 kcal; Białko ogółem: 118.39 g; Tłuszcz: 58.20 g; Węglowodany ogółem: 259.30 g; Witamina B12: 4.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.79 g; suma cukrów prostych: 63.79 g; Błonnik pokarmowy: 20.42 g; Magnez: 283.20 mg; Żelazo: 9.01 mg; Witamina A: 2249.99 mg; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 118.58 mg; Witamina E: 8.16 mg; Sód: 1424.38 mg; Wapń: 954.42 mg;

czwartek 2026-10-29		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt. 150g, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, Ser żółty 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), kasza pęczak 200g.(1), kapusta biała zasmażana 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2796.15 kcal; Białko ogółem: 120.26 g; Tłuszcz: 108.95 g; Węglowodany ogółem: 336.25 g; Witamina B12: 5.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.07 g; suma cukrów prostych: 71.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; Magnez: 450.42 mg; Żelazo: 12.98 mg; Witamina A: 1209.84 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 152.51 mg; Witamina E: 13.94 mg; Sód: 7484.44 mg; Wapń: 1487.41 mg;

czwartek 2026-10-29		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), ser żółty 20g. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), kasza pęczak 200g.(1), kapusta biała zasmażana 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2339.85 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 104.41 g; Węglowodany ogółem: 250.11 g; Witamina B12: 4.04 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.32 g; suma cukrów prostych: 54.56 g; Błonnik pokarmowy: 21.91 g; Magnez: 283.72 mg; Żelazo: 9.45 mg; Witamina A: 1212.64 mg; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 176.01 mg; Witamina E: 14.01 mg; Sód: 5999.94 mg; Wapń: 1076.11 mg;

czwartek 2026-10-29		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt. 150g, kielbasa szynkowa dębowa 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), kasza pęczak 200g.(1), bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszponka 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]: 2354.05 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 91.75 g; Węglowodany ogółem: 276.30 g; Witamina B12: 3.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.10 g; suma cukrów prostych: 65.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g; Magnez: 429.57 mg; Żelazo: 13.08 mg; Witamina A: 1691.49 mg; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 101.79 mg; Witamina E: 11.54 mg; Sód: 6144.39 mg; Wapń: 917.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-10-29		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
herbata bez cukru 250g, kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Pomidorowa z ryżem 200ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100 g, Masło 15g*(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	herbata bez cukru 250g, Ryżowa 350ml(8,13), brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: ryżowa 400ml (13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2068.61 kcal; Białko ogółem: 123.84 g; Tłuszcz: 104.60 g; Węglowodany ogółem: 153.08 g; Witamina B12: 5.56 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.12 g; suma cukrów prostych: 53.98 g; Błonnik pokarmowy: 11.14 g; Magnez: 257.07 mg; Żelazo: 7.80 mg; Witamina A: 3520.00 mg; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 71.36 mg; Witamina E: 7.88 mg; Sód: 1670.58 mg; Wapń: 843.50 mg;

czwartek 2026-10-29		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), serek tartare 2 szt. (40g), szynkowa dębowa 50g ^, sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13), rukola 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), bukiet warzyw królewski 150g, kasza kuskus 200g (1), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówki z fileta indyka 2szt. , roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2696.31 kcal; Białko ogółem: 119.12 g; Tłuszcz: 126.42 g; Węglowodany ogółem: 268.77 g; Witamina B12: 5.69 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.31 g; suma cukrów prostych: 65.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.16 g; Magnez: 311.90 mg; Żelazo: 11.95 mg; Witamina A: 2699.99 mg; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 118.72 mg; Witamina E: 12.75 mg; Sód: 5784.38 mg; Wapń: 998.91 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, ogórek świeży 90g , dżem 25g - 1 szt., kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), 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 , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2645.46 kcal; Białko ogółem: 116.25 g; Tłuszcz: 89.30 g; Węglowodany ogółem: 343.43 g; Witamina B12: 6.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.18 g; suma cukrów prostych: 149.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g; Magnez: 369.80 mg; Żelazo: 12.71 mg; Witamina A: 1212.77 mg; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 157.19 mg; Witamina E: 15.41 mg; Sód: 2433.50 mg; Wapń: 987.43 mg;

piątek 2026-10-30 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g), bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.74 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 73.74 g; Węglowodany ogółem: 332.54 g; Witamina B12: 6.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.72 g; suma cukrów prostych: 153.00 g; Błonnik pokarmowy: 23.91 g; Magnez: 317.72 mg; Żelazo: 10.56 mg; Witamina A: 1374.21 mg; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 76.40 mg; Witamina E: 9.85 mg; Sód: 2009.39 mg; Wapń: 1037.27 mg;

piątek 2026-10-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), kiwi 1szt. 80g, 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), surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1922.52 kcal; Białko ogółem: 110.36 g; Tłuszcz: 61.94 g; Węglowodany ogółem: 217.57 g; Witamina B12: 5.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.76 g; suma cukrów prostych: 72.96 g; Błonnik pokarmowy: 23.19 g; Magnez: 335.18 mg; Żelazo: 12.12 mg; Witamina A: 1303.45 mg; Witamina B6: 1.92 mg; Witamina C: 187.43 mg; Witamina E: 10.20 mg; Sód: 2476.64 mg; Wapń: 941.58 mg;

piątek 2026-10-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, ogórek świeży 90g , dżem 25g - 1 szt., kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), 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 , rukola 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2720.91 kcal; Białko ogółem: 118.98 g; Tłuszcz: 90.66 g; Węglowodany ogółem: 351.62 g; Witamina B12: 6.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.45 g; suma cukrów prostych: 157.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g; Magnez: 380.71 mg; Żelazo: 13.17 mg; Witamina A: 1364.58 mg; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 168.10 mg; Witamina E: 15.85 mg; Sód: 2717.14 mg; Wapń: 1001.97 mg;

piątek 2026-10-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g), bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.74 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 73.74 g; Węglowodany ogółem: 332.54 g; Witamina B12: 6.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.72 g; suma cukrów prostych: 153.00 g; Błonnik pokarmowy: 23.91 g; Magnez: 317.72 mg; Żelazo: 10.56 mg; Witamina A: 1374.21 mg; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 76.40 mg; Witamina E: 9.85 mg; Sód: 2009.39 mg; Wapń: 1037.27 mg;

piątek 2026-10-30		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), Masło 10g(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, szpinak 10g, miód 2szt. (50g), bułka wrocławska 50g (1), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.44 kcal; Białko ogółem: 114.13 g; Tłuszcz: 56.34 g; Węglowodany ogółem: 332.17 g; Witamina B12: 4.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.25 g; suma cukrów prostych: 152.94 g; Błonnik pokarmowy: 23.91 g; Magnez: 305.62 mg; Żelazo: 8.35 mg; Witamina A: 1020.81 mg; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 76.40 mg; Witamina E: 8.87 mg; Sód: 1867.49 mg; Wapń: 988.67 mg;

piątek 2026-10-30		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Serek fromage 80g (2), Banan 1 szt 200g, ogórek świeży 90g , dżem 25g - 1 szt., kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), 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 , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2968.46 kcal; Białko ogółem: 116.35 g; Tłuszcz: 124.25 g; Węglowodany ogółem: 345.68 g; Witamina B12: 6.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.80 g; suma cukrów prostych: 149.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g; Magnez: 374.30 mg; Żelazo: 12.81 mg; Witamina A: 1554.27 mg; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 157.99 mg; Witamina E: 16.49 mg; Sód: 2792.00 mg; Wapń: 993.43 mg;

piątek 2026-10-30		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 100g (2) 1szt, masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), kakao b/cukru 300ml (1,2), Banan 1 szt 200g, dżem 25g - 1 szt., szpinak 10g, pomidor malinowy 90g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2506.74 kcal; Białko ogółem: 112.74 g; Tłuszcz: 96.40 g; Węglowodany ogółem: 298.96 g; Witamina B12: 5.97 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.29 g; suma cukrów prostych: 135.37 g; Błonnik pokarmowy: 18.35 g; Magnez: 299.08 mg; Żelazo: 11.18 mg; Witamina A: 2161.11 mg; Witamina B6: 2.20 mg; Witamina C: 121.99 mg; Witamina E: 17.40 mg; Sód: 1901.93 mg; Wapń: 752.19 mg;

piątek 2026-10-30		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), kiwi 1szt. 80g, 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), surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1922.52 kcal; Białko ogółem: 110.36 g; Tłuszcz: 61.94 g; Węglowodany ogółem: 217.57 g; Witamina B12: 5.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.76 g; suma cukrów prostych: 72.96 g; Błonnik pokarmowy: 23.19 g; Magnez: 335.18 mg; Żelazo: 12.12 mg; Witamina A: 1303.45 mg; Witamina B6: 1.92 mg; Witamina C: 187.43 mg; Witamina E: 10.20 mg; Sód: 2476.64 mg; Wapń: 941.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-10-30		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
kakao bez cukru 250ml (2), Płatki jęczmienne na mleku 350g (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, sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Masło 10g(2),
		herbata bez cukru 250g, 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: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.90 kcal; Białko ogółem: 126.41 g; Tłuszcz: 85.24 g; Węglowodany ogółem: 240.97 g; Witamina B12: 4.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; suma cukrów prostych: 65.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g; Magnez: 387.32 mg; Żelazo: 9.99 mg; Witamina A: 1370.65 mg; Witamina B6: 4.11 mg; Witamina C: 177.23 mg; Witamina E: 6.46 mg; Sód: 885.22 mg; Wapń: 1072.89 mg;

piątek 2026-10-30		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), miód 2szt. (50g), szpinak 10g,		Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2),
		masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.64 kcal; Białko ogółem: 127.14 g; Tłuszcz: 74.44 g; Węglowodany ogółem: 333.89 g; Witamina B12: 6.58 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; suma cukrów prostych: 153.93 g; Błonnik pokarmowy: 23.91 g; Magnez: 320.42 mg; Żelazo: 10.62 mg; Witamina A: 1375.71 mg; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 76.40 mg; Witamina E: 9.86 mg; Sód: 2021.69 mg; Wapń: 1066.07 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-31 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, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Naleśniki z serem 2 szt. 250g (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 150g, 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]: 2679.49 kcal; Białko ogółem: 112.12 g; Tłuszcz: 74.20 g; Węglowodany ogółem: 392.37 g; Witamina B12: 3.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.23 g; suma cukrów prostych: 100.58 g; Błonnik pokarmowy: 35.10 g; Magnez: 361.54 mg; Żelazo: 11.99 mg; Witamina A: 3139.41 mg; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 223.70 mg; Witamina E: 12.99 mg; Sód: 2206.82 mg; Wapń: 1042.31 mg;

sobota 2026-10-31 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^,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, makaron gotowany z serem 300g (1,2,3)^, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, 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]: 2224.27 kcal; Białko ogółem: 105.97 g; Tłuszcz: 61.65 g; Węglowodany ogółem: 314.14 g; Witamina B12: 4.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.60 g; suma cukrów prostych: 79.98 g; Błonnik pokarmowy: 19.10 g; Magnez: 244.04 mg; Żelazo: 7.95 mg; Witamina A: 2798.60 mg; Witamina B6: 1.92 mg; Witamina C: 132.96 mg; Witamina E: 8.72 mg; Sód: 1697.45 mg; Wapń: 983.26 mg;

sobota 2026-10-31 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), pomidor malinowy 100g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, makaron razowy gotowany z serem b/c 350g.(1,2), surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), 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]: 2512.74 kcal; Białko ogółem: 127.56 g; Tłuszcz: 66.86 g; Węglowodany ogółem: 349.93 g; Witamina B12: 3.92 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.56 g; suma cukrów prostych: 82.23 g; Błonnik pokarmowy: 35.06 g; Magnez: 377.72 mg; Żelazo: 12.26 mg; Witamina A: 3093.21 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 219.70 mg; Witamina E: 11.94 mg; Sód: 1983.60 mg; Wapń: 946.74 mg;

sobota 2026-10-31 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, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Naleśniki z serem 2 szt. 250g (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 150g, 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]: 2757.49 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 74.84 g; Węglowodany ogółem: 408.57 g; Witamina B12: 3.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.23 g; suma cukrów prostych: 100.58 g; Błonnik pokarmowy: 35.70 g; Magnez: 361.54 mg; Żelazo: 11.99 mg; Witamina A: 3139.41 mg; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 223.70 mg; Witamina E: 12.99 mg; Sód: 2206.82 mg; Wapń: 1042.31 mg;

sobota 2026-10-31 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^,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, makaron gotowany z serem 300g (1,2,3)^, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), 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]: 2224.27 kcal; Białko ogółem: 105.97 g; Tłuszcz: 61.65 g; Węglowodany ogółem: 314.14 g; Witamina B12: 4.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.60 g; suma cukrów prostych: 79.98 g; Błonnik pokarmowy: 19.10 g; Magnez: 244.04 mg; Żelazo: 7.95 mg; Witamina A: 2798.60 mg; Witamina B6: 1.92 mg; Witamina C: 132.96 mg; Witamina E: 8.72 mg; Sód: 1697.45 mg; Wapń: 983.26 mg;

sobota 2026-10-31		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^,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, makaron gotowany z serem 300g (1,2,3)^, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, 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]: 2149.47 kcal; Białko ogółem: 105.90 g; Tłuszcz: 53.40 g; Węglowodany ogółem: 314.07 g; Witamina B12: 4.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.12 g; suma cukrów prostych: 79.92 g; Błonnik pokarmowy: 19.10 g; Magnez: 243.94 mg; Żelazo: 7.94 mg; Witamina A: 2717.20 mg; Witamina B6: 1.92 mg; Witamina C: 132.96 mg; Witamina E: 8.47 mg; Sód: 1696.55 mg; Wapń: 981.66 mg;

sobota 2026-10-31		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, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Naleśniki z serem 2 szt. 250g (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 150g, 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]: 2728.49 kcal; Białko ogółem: 122.02 g; Tłuszcz: 74.45 g; Węglowodany ogółem: 394.12 g; Witamina B12: 4.19 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.37 g; suma cukrów prostych: 102.13 g; Błonnik pokarmowy: 35.10 g; Magnez: 366.04 mg; Żelazo: 12.09 mg; Witamina A: 3141.91 mg; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 223.70 mg; Witamina E: 13.00 mg; Sód: 2227.32 mg; Wapń: 1090.31 mg;

sobota 2026-10-31		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),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Naleśniki z serem 2 szt. 250g (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 150g, 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]: 2450.47 kcal; Białko ogółem: 106.05 g; Tłuszcz: 79.93 g; Węglowodany ogółem: 331.24 g; Witamina B12: 2.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.92 g; suma cukrów prostych: 74.56 g; Błonnik pokarmowy: 23.91 g; Magnez: 282.04 mg; Żelazo: 10.41 mg; Witamina A: 2727.65 mg; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 91.40 mg; Witamina E: 10.96 mg; Sód: 1842.56 mg; Wapń: 865.87 mg;

sobota 2026-10-31		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), pomidor malinowy 100g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, makaron gotowany z serem 300g (1,2,3)^, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), 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]: 2429.54 kcal; Białko ogółem: 115.27 g; Tłuszcz: 64.47 g; Węglowodany ogółem: 351.32 g; Witamina B12: 3.70 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.51 g; suma cukrów prostych: 78.09 g; Błonnik pokarmowy: 37.09 g; Magnez: 398.42 mg; Żelazo: 13.09 mg; Witamina A: 3107.01 mg; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 219.70 mg; Witamina E: 11.10 mg; Sód: 1979.05 mg; Wapń: 930.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-10-31 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 100g, Szpinak gotowany z olejem 120g^, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 100 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250g,
	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]: 2197.71 kcal; Białko ogółem: 121.60 g; Tłuszcz: 104.49 g; Węglowodany ogółem: 192.23 g; Witamina B12: 5.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.43 g; suma cukrów prostych: 56.69 g; Błonnik pokarmowy: 17.49 g; Magnez: 389.30 mg; Żelazo: 13.45 mg; Witamina A: 3591.84 mg; Witamina B6: 3.64 mg; Witamina C: 112.25 mg; Witamina E: 8.57 mg; Sód: 917.19 mg; Wapń: 825.87 mg;

sobota 2026-10-31 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 60g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser capresi 40g (2), pomidorki koktajlowe 100g^,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, makaron gotowany z serem 300g (1,2,3)^, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), kielbasa szynkowa dębowa 50g, pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2404.07 kcal; Białko ogółem: 121.92 g; Tłuszcz: 73.19 g; Węglowodany ogółem: 316.24 g; Witamina B12: 4.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.01 g; suma cukrów prostych: 80.07 g; Błonnik pokarmowy: 19.10 g; Magnez: 259.84 mg; Żelazo: 8.60 mg; Witamina A: 2891.40 mg; Witamina B6: 2.10 mg; Witamina C: 132.96 mg; Witamina E: 9.03 mg; Sód: 2497.05 mg; Wapń: 1140.16 mg;

Dietetyk

.....