Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO**	
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, jabłko deserowe 1szt. 153g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	Pieczarkowa z makaronem 400ml*(1,2,3,8), Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (1,2,3,13)^, ziemniaki gotowane 200g , sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), rukola 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2294.02 kcal; Białko ogółem: 103.89 g; Tłuszcz: 72.76 g; Węglowodany ogółem: 304.32 g; Witamina B12: 3.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.35 g; suma cukrów prostych: 76.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g; Magnez: 367.13 mg; Żelazo: 12.64 mg; Witamina A: 1484.96 mg; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 207.69 mg; Witamina E: 11.57 mg; Sód: 1901.56 mg; Wapń: 1209.81 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO**	
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki gotowane 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2175.50 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 72.29 g; Węglowodany ogółem: 283.77 g; Witamina B12: 3.69 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.02 g; suma cukrów prostych: 76.97 g; Błonnik pokarmowy: 20.05 g; Magnez: 329.80 mg; Żelazo: 9.85 mg; Witamina A: 3423.70 mg; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 102.90 mg; Witamina E: 10.62 mg; Sód: 2312.40 mg; Wapń: 916.69 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO**	
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g, chleb razowy 50g (1),	Pieczarkowa z makaronem 400ml*(1,2,3,8), Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (1,2,3,13)^, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, sos czosnkowy 100g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), rukola 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2212.84 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 81.84 g; Węglowodany ogółem: 255.97 g; Witamina B12: 4.40 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.81 g; suma cukrów prostych: 74.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; Magnez: 387.67 mg; Żelazo: 11.97 mg; Witamina A: 3489.24 mg; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 189.49 mg; Witamina E: 13.26 mg; Sód: 2637.74 mg; Wapń: 1439.29 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO**	
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, jabłko deserowe 1szt. 153g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	Pieczarkowa z makaronem 400ml*(1,2,3,8), Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (1,2,3,13)^, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, sos czosnkowy 100g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), rukola 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		**Posiłek nocny:** Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.94 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 76.86 g; Węglowodany ogółem: 278.79 g; Witamina B12: 4.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.75 g; suma cukrów prostych: 85.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.20 g; Magnez: 348.57 mg; Żelazo: 9.93 mg; Witamina A: 3303.62 mg; Witamina B6: 2.12 mg; Witamina C: 181.58 mg; Witamina E: 12.32 mg; Sód: 2022.21 mg; Wapń: 1520.55 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-11-11	Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO	
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (1,2,3,13)^, ziemniaki gotowane 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.90 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz: 82.45 g; Węglowodany ogółem: 291.07 g; Witamina B12: 3.69 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.72 g; suma cukrów prostych: 77.02 g; Błonnik pokarmowy: 20.27 g; Magnez: 328.80 mg; Żelazo: 9.98 mg; Witamina A: 3423.70 mg; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 102.90 mg; Witamina E: 13.33 mg; Sód: 1924.10 mg; Wapń: 918.30 mg;

środa 2026-11-11	Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO	
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13) , ziemniaki gotowane 200g , surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2034.50 kcal; Białko ogółem: 107.38 g; Tłuszcz: 53.49 g; Węglowodany ogółem: 284.01 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.04 g; suma cukrów prostych: 73.87 g; Błonnik pokarmowy: 20.05 g; Magnez: 322.20 mg; Żelazo: 9.64 mg; Witamina A: 2801.80 mg; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 102.90 mg; Witamina E: 8.66 mg; Sód: 1738.00 mg; Wapń: 880.59 mg;

środa 2026-11-11	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO	
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, papryka świeża 90g , roszponka 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Pieczarkowa z makaronem 400ml*(1,2,3,8), Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (1,2,3,13)^, sos czosnkowy 100g, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), rukola 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.94 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 84.06 g; Węglowodany ogółem: 274.07 g; Witamina B12: 4.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.96 g; suma cukrów prostych: 80.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.20 g; Magnez: 340.37 mg; Żelazo: 10.03 mg; Witamina A: 3380.42 mg; Witamina B6: 2.12 mg; Witamina C: 180.58 mg; Witamina E: 12.49 mg; Sód: 2345.61 mg; Wapń: 1504.95 mg;

środa 2026-11-11	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet pieczony z indyka 30g , Banan 1 szt 200g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 90g, roszponka 10g,	Pieczarkowa z makaronem 400ml*(1,2,3,8), Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (1,2,3,13)^, sos czosnkowy 100g, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2195.99 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 84.18 g; Węglowodany ogółem: 265.28 g; Witamina B12: 3.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.88 g; suma cukrów prostych: 95.08 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g; Magnez: 290.68 mg; Żelazo: 8.03 mg; Witamina A: 3063.50 mg; Witamina B6: 2.30 mg; Witamina C: 87.11 mg; Witamina E: 11.60 mg; Sód: 1880.85 mg; Wapń: 1284.13 mg;

środa 2026-11-11	Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO	
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g, chleb razowy 50g (1),	Pieczarkowa z makaronem 400ml*(1,2,3,8), Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (1,2,3,13)^, sos czosnkowy 100g, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), rukola 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2212.84 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 81.84 g; Węglowodany ogółem: 255.97 g; Witamina B12: 4.40 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.81 g; suma cukrów prostych: 74.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; Magnez: 387.67 mg; Żelazo: 11.97 mg; Witamina A: 3489.24 mg; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 189.49 mg; Witamina E: 13.26 mg; Sód: 2637.74 mg; Wapń: 1439.29 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-11-11	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Kalafiorowa z ziemniakami 200ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, Masło 5g(2), ziemniaki 100g, Buraczki gotowane 100g^,	Grysikowa 200ml (1,8,13), brokuły gotowane z olejem 120 g, ziemniaki 100g, Masło 5g(2),
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	**Posiłek nocny:** jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.73 kcal; Białko ogółem: 117.71 g; Tłuszcz: 98.84 g; Węglowodany ogółem: 226.99 g; Witamina B12: 6.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.81 g; suma cukrów prostych: 71.40 g; Błonnik pokarmowy: 20.70 g; Magnez: 420.02 mg; Żelazo: 13.60 mg; Witamina A: 1597.09 mg; Witamina B6: 3.65 mg; Witamina C: 200.50 mg; Witamina E: 8.22 mg; Sód: 1865.18 mg; Wapń: 1240.00 mg;

środa 2026-11-11	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet pieczony z indyka 60g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser capresi 40g (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (1,2,3,13)^, ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), rukola 10g, herbata 1 torebka, Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.30 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 90.11 g; Węglowodany ogółem: 293.78 g; Witamina B12: 3.93 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.57 g; suma cukrów prostych: 75.53 g; Błonnik pokarmowy: 20.27 g; Magnez: 333.60 mg; Żelazo: 10.08 mg; Witamina A: 3335.50 mg; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 102.90 mg; Witamina E: 12.96 mg; Sód: 2112.50 mg; Wapń: 1045.20 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie curry 100g(1,13), ryż brązowy gotowany 200g, mieszanka warzyw chińska parowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszponka 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2641.10 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 96.75 g; Węglowodany ogółem: 331.33 g; Witamina B12: 4.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.73 g; suma cukrów prostych: 69.07 g; Błonnik pokarmowy: 31.70 g; Magnez: 445.80 mg; Żelazo: 11.63 mg; Witamina A: 1700.40 mg; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 102.52 mg; Witamina E: 11.30 mg; Sód: 3419.85 mg; Wapń: 1130.85 mg;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80g (1,13), buraczki gotowane 150g(1,2), Ryż biały gotowany 200g*, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2518.51 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 95.99 g; Węglowodany ogółem: 307.08 g; Witamina B12: 4.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.42 g; suma cukrów prostych: 70.81 g; Błonnik pokarmowy: 19.62 g; Magnez: 274.37 mg; Żelazo: 10.34 mg; Witamina A: 1025.10 mg; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 110.44 mg; Witamina E: 9.45 mg; Sód: 2152.92 mg; Wapń: 1099.54 mg;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO**	
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt.150g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80g (1,13), ryż brązowy gotowany 200g, mieszanka warzyw chińska parowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		**Posiłek nocny:** jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.60 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 96.69 g; Węglowodany ogółem: 290.55 g; Witamina B12: 3.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.17 g; suma cukrów prostych: 53.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.53 g; Magnez: 438.00 mg; Żelazo: 12.16 mg; Witamina A: 1679.40 mg; Witamina B6: 2.60 mg; Witamina C: 99.52 mg; Witamina E: 11.40 mg; Sód: 3147.25 mg; Wapń: 931.95 mg;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie curry 100g(1,13), ryż brązowy gotowany 200g, Kompot b/c 300g, mieszanka warzyw chińska parowana 150g,	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,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		**Posiłek nocny:** Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2753.90 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 98.10 g; Węglowodany ogółem: 352.93 g; Witamina B12: 4.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.30 g; suma cukrów prostych: 69.64 g; Błonnik pokarmowy: 32.27 g; Magnez: 445.80 mg; Żelazo: 11.63 mg; Witamina A: 1700.40 mg; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 102.52 mg; Witamina E: 11.30 mg; Sód: 3419.85 mg; Wapń: 1130.85 mg;

czwartek 2026-11-12	**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 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80g (1,13), buraczki gotowane 150g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2490.67 kcal; Białko ogółem: 104.69 g; Tłuszcz: 96.08 g; Węglowodany ogółem: 302.73 g; Witamina B12: 4.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.41 g; suma cukrów prostych: 71.36 g; Błonnik pokarmowy: 22.35 g; Magnez: 317.47 mg; Żelazo: 11.37 mg; Witamina A: 1027.10 mg; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 132.44 mg; Witamina E: 9.49 mg; Sód: 2165.76 mg; Wapń: 1105.22 mg;

czwartek 2026-11-12	Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2122.37 kcal; Białko ogółem: 118.64 g; Tłuszcz: 50.79 g; Węglowodany ogółem: 299.40 g; Witamina B12: 3.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.71 g; suma cukrów prostych: 72.78 g; Błonnik pokarmowy: 22.18 g; Magnez: 314.32 mg; Żelazo: 10.61 mg; Witamina A: 855.40 mg; Witamina B6: 3.00 mg; Witamina C: 132.44 mg; Witamina E: 6.20 mg; Sód: 1383.26 mg; Wapń: 991.87 mg;

czwartek 2026-11-12	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt.150g, Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g, Ser żółty 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie curry 100g(1,13), ryż brązowy gotowany 200g, mieszanka warzyw chińska parowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszponka 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2774.70 kcal; Białko ogółem: 123.73 g; Tłuszcz: 107.15 g; Węglowodany ogółem: 331.37 g; Witamina B12: 4.84 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.93 g; suma cukrów prostych: 69.11 g; Błonnik pokarmowy: 31.70 g; Magnez: 458.20 mg; Żelazo: 11.91 mg; Witamina A: 1810.80 mg; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 102.52 mg; Witamina E: 11.45 mg; Sód: 3647.85 mg; Wapń: 1453.65 mg;

czwartek 2026-11-12	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), Kiełbasa szynkowa 30g (1,2,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie curry 100g(1,13), ryż brązowy gotowany 200g, mieszanka warzyw chińska parowana 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.50 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 99.09 g; Węglowodany ogółem: 245.21 g; Witamina B12: 3.58 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.06 g; suma cukrów prostych: 52.05 g; Błonnik pokarmowy: 21.52 g; Magnez: 294.30 mg; Żelazo: 8.57 mg; Witamina A: 1763.50 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 126.02 mg; Witamina E: 11.53 mg; Sód: 2288.45 mg; Wapń: 884.25 mg;

czwartek 2026-11-12	Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO	
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt.150g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80g (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, mieszanka warzyw chińska parowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		**Posiłek nocny:** jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.60 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 96.19 g; Węglowodany ogółem: 304.65 g; Witamina B12: 3.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.02 g; suma cukrów prostych: 53.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.73 g; Magnez: 445.00 mg; Żelazo: 12.86 mg; Witamina A: 1681.40 mg; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 121.52 mg; Witamina E: 11.27 mg; Sód: 3157.25 mg; Wapń: 928.95 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-11-12	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
herbata bez cukru 250ml, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 100g, Marchew gotowana 100 g, Masło 10g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	herbata bez cukru 250ml, Ryżowa 350ml(8,13), brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	**Posiłek nocny:** jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2272.16 kcal; Białko ogółem: 122.56 g; Tłuszcz: 114.86 g; Węglowodany ogółem: 185.35 g; Witamina B12: 5.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.69 g; suma cukrów prostych: 48.89 g; Błonnik pokarmowy: 15.47 g; Magnez: 321.25 mg; Żelazo: 10.65 mg; Witamina A: 3072.60 mg; Witamina B6: 3.50 mg; Witamina C: 121.94 mg; Witamina E: 8.08 mg; Sód: 1298.04 mg; Wapń: 771.32 mg;

czwartek 2026-11-12	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kiełbasa szynkowa dębowa 60g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser capresi 40g (2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80g (1,13), buraczki gotowane 150g(1,2), 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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2745.27 kcal; Białko ogółem: 120.64 g; Tłuszcz: 116.97 g; Węglowodany ogółem: 303.41 g; Witamina B12: 4.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.63 g; suma cukrów prostych: 71.36 g; Błonnik pokarmowy: 22.41 g; Magnez: 329.27 mg; Żelazo: 12.48 mg; Witamina A: 1028.30 mg; Witamina B6: 3.15 mg; Witamina C: 132.44 mg; Witamina E: 9.81 mg; Sód: 2933.96 mg; Wapń: 1113.12 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO**	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, Rzodkiewka 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kap.kiszonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), ogórek świeży 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2340.37 kcal; Białko ogółem: 100.44 g; Tłuszcz: 69.81 g; Węglowodany ogółem: 331.22 g; Witamina B12: 8.12 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.62 g; suma cukrów prostych: 106.19 g; Błonnik pokarmowy: 33.02 g; Magnez: 471.68 mg; Żelazo: 15.04 mg; Witamina A: 2288.43 mg; Witamina B6: 3.46 mg; Witamina C: 146.81 mg; Witamina E: 9.45 mg; Sód: 2825.61 mg; Wapń: 1096.90 mg;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO**	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, bułka wrocławska 50g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2668.95 kcal; Białko ogółem: 104.11 g; Tłuszcz: 76.51 g; Węglowodany ogółem: 399.05 g; Witamina B12: 8.52 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.65 g; suma cukrów prostych: 185.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g; Magnez: 430.51 mg; Żelazo: 13.61 mg; Witamina A: 2906.83 mg; Witamina B6: 3.32 mg; Witamina C: 177.02 mg; Witamina E: 11.42 mg; Sód: 2232.66 mg; Wapń: 1174.28 mg;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO**	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), serek tartare 2 szt. (40g), Banan 1 szt 200g, Rzodkiewka 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kap.kiszonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		**Posiłek nocny:** Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.74 kcal; Białko ogółem: 98.25 g; Tłuszcz: 70.64 g; Węglowodany ogółem: 295.79 g; Witamina B12: 8.32 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.97 g; suma cukrów prostych: 101.40 g; Błonnik pokarmowy: 33.68 g; Magnez: 494.69 mg; Żelazo: 15.55 mg; Witamina A: 2718.21 mg; Witamina B6: 3.58 mg; Witamina C: 146.82 mg; Witamina E: 9.98 mg; Sód: 3271.31 mg; Wapń: 1047.09 mg;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO**	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, Rzodkiewka 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kap.kiszonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), ogórek świeży 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		**Posiłek nocny:** jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.82 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 71.17 g; Węglowodany ogółem: 339.40 g; Witamina B12: 8.12 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.89 g; suma cukrów prostych: 114.37 g; Błonnik pokarmowy: 34.11 g; Magnez: 482.59 mg; Żelazo: 15.49 mg; Witamina A: 2440.25 mg; Witamina B6: 3.56 mg; Witamina C: 157.72 mg; Witamina E: 9.89 mg; Sód: 3109.25 mg; Wapń: 1111.45 mg;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO**	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, bułka wrocławska 50g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2668.95 kcal; Białko ogółem: 104.11 g; Tłuszcz: 76.51 g; Węglowodany ogółem: 399.05 g; Witamina B12: 8.52 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.65 g; suma cukrów prostych: 185.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g; Magnez: 430.51 mg; Żelazo: 13.61 mg; Witamina A: 2906.83 mg; Witamina B6: 3.32 mg; Witamina C: 177.02 mg; Witamina E: 11.42 mg; Sód: 2232.66 mg; Wapń: 1174.28 mg;

piątek 2026-11-13	Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO	
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g , Banan 1 szt 200g, szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, bułka wrocławska 50g (1), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z koperkiem 50g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.91 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 58.51 g; Węglowodany ogółem: 384.70 g; Witamina B12: 6.84 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.29 g; suma cukrów prostych: 177.32 g; Błonnik pokarmowy: 22.12 g; Magnez: 384.08 mg; Żelazo: 10.22 mg; Witamina A: 1572.49 mg; Witamina B6: 2.88 mg; Witamina C: 154.48 mg; Witamina E: 9.01 mg; Sód: 1978.86 mg; Wapń: 1063.09 mg;

piątek 2026-11-13	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, Rzodkiewka 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2), serek tartare 2 szt. (40g),	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kap.kiszonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), ogórek świeży 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2417.17 kcal; Białko ogółem: 102.45 g; Tłuszcz: 77.01 g; Węglowodany ogółem: 332.18 g; Witamina B12: 8.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.72 g; suma cukrów prostych: 109.25 g; Błonnik pokarmowy: 33.02 g; Magnez: 479.68 mg; Żelazo: 15.24 mg; Witamina A: 2650.43 mg; Witamina B6: 3.51 mg; Witamina C: 146.81 mg; Witamina E: 10.59 mg; Sód: 3221.61 mg; Wapń: 1151.90 mg;

piątek 2026-11-13	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), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), Banan 1 szt 200g, szpinak 10g, serek tartare 20g (2), dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2565.36 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 84.25 g; Węglowodany ogółem: 365.26 g; Witamina B12: 7.82 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.95 g; suma cukrów prostych: 173.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g; Magnez: 418.05 mg; Żelazo: 13.92 mg; Witamina A: 3225.47 mg; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 180.53 mg; Witamina E: 13.94 mg; Sód: 2535.82 mg; Wapń: 937.09 mg;

piątek 2026-11-13	Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), serek tartare 20g (2), Banan 1 szt 200g, Rzodkiewka 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kap.kiszonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Twarożek z koperkiem 60g (2), ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		**Posiłek nocny:** Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2276.55 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 73.89 g; Węglowodany ogółem: 296.57 g; Witamina B12: 8.32 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.82 g; suma cukrów prostych: 101.73 g; Błonnik pokarmowy: 33.94 g; Magnez: 497.56 mg; Żelazo: 15.81 mg; Witamina A: 2751.25 mg; Witamina B6: 3.59 mg; Witamina C: 152.02 mg; Witamina E: 11.08 mg; Sód: 3293.25 mg; Wapń: 1058.06 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-11-13	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
kakao bez cukru 250ml (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 100g, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Masło 10g(2), Masło 10g(2),	herbata bez cukru 250ml, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki 100g, Masło 10g(2),
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	**Posiłek nocny:** jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2142.43 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 92.87 g; Węglowodany ogółem: 220.46 g; Witamina B12: 4.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.65 g; suma cukrów prostych: 48.68 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; Magnez: 380.05 mg; Żelazo: 9.75 mg; Witamina A: 2225.09 mg; Witamina B6: 3.78 mg; Witamina C: 201.98 mg; Witamina E: 7.40 mg; Sód: 800.94 mg; Wapń: 1096.36 mg;

piątek 2026-11-13	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), serek tartare 2 szt. (40g), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, szpinak 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2854.45 kcal; Białko ogółem: 111.39 g; Tłuszcz: 86.46 g; Węglowodany ogółem: 415.78 g; Witamina B12: 9.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.35 g; suma cukrów prostych: 204.06 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g; Magnez: 441.51 mg; Żelazo: 13.90 mg; Witamina A: 3290.83 mg; Witamina B6: 3.40 mg; Witamina C: 177.72 mg; Witamina E: 12.61 mg; Sód: 2642.31 mg; Wapń: 1255.33 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO**	
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), Ser żółty 40g (2), gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), Kasza gryczana gotowana 200 g, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2714.65 kcal; Białko ogółem: 124.21 g; Tłuszcz: 90.93 g; Węglowodany ogółem: 311.79 g; Witamina B12: 4.09 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.01 g; suma cukrów prostych: 78.24 g; Błonnik pokarmowy: 33.43 g; Magnez: 447.50 mg; Żelazo: 13.48 mg; Witamina A: 1889.15 mg; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 281.78 mg; Witamina E: 15.74 mg; Sód: 5123.50 mg; Wapń: 1318.88 mg;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO**	
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2228.65 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 76.54 g; Węglowodany ogółem: 278.52 g; Witamina B12: 3.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.69 g; suma cukrów prostych: 70.94 g; Błonnik pokarmowy: 17.90 g; Magnez: 288.55 mg; Żelazo: 9.51 mg; Witamina A: 3476.70 mg; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 92.53 mg; Witamina E: 11.80 mg; Sód: 4511.20 mg; Wapń: 942.44 mg;

sobota 2026-11-14	**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,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		**Posiłek nocny:** Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2445.10 kcal; Białko ogółem: 118.65 g; Tłuszcz: 78.79 g; Węglowodany ogółem: 276.91 g; Witamina B12: 3.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 66.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g; Magnez: 449.10 mg; Żelazo: 13.87 mg; Witamina A: 1692.10 mg; Witamina B6: 3.03 mg; Witamina C: 253.68 mg; Witamina E: 14.21 mg; Sód: 5035.20 mg; Wapń: 892.28 mg;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO**	
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), Ser żółty 40g (2), gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa duszona 100g , Kasza gryczana gotowana 200 g, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g, Sos myśliwski 100g (1),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		**Posiłek nocny:** Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2792.65 kcal; Białko ogółem: 125.81 g; Tłuszcz: 91.57 g; Węglowodany ogółem: 327.99 g; Witamina B12: 4.09 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.01 g; suma cukrów prostych: 78.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.03 g; Magnez: 447.50 mg; Żelazo: 13.48 mg; Witamina A: 1889.15 mg; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 281.78 mg; Witamina E: 15.74 mg; Sód: 5123.50 mg; Wapń: 1318.88 mg;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO**	
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), Marchew gotowana 100 g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2176.20 kcal; Białko ogółem: 108.49 g; Tłuszcz: 74.11 g; Węglowodany ogółem: 270.97 g; Witamina B12: 3.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.03 g; suma cukrów prostych: 68.66 g; Błonnik pokarmowy: 16.19 g; Magnez: 281.10 mg; Żelazo: 9.24 mg; Witamina A: 2701.20 mg; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 91.48 mg; Witamina E: 10.44 mg; Sód: 4475.10 mg; Wapń: 926.99 mg;

sobota 2026-11-14	Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO	
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2006.85 kcal; Białko ogółem: 113.10 g; Tłuszcz: 54.45 g; Węglowodany ogółem: 268.82 g; Witamina B12: 3.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.69 g; suma cukrów prostych: 70.38 g; Błonnik pokarmowy: 17.28 g; Magnez: 279.95 mg; Żelazo: 8.44 mg; Witamina A: 3388.60 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 92.39 mg; Witamina E: 8.88 mg; Sód: 1722.10 mg; Wapń: 918.25 mg;

sobota 2026-11-14	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO	
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), Ser żółty 40g (2), twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa duszona 100g , Kasza gryczana gotowana 200 g, Sos myśliwski 100g (1), fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2763.65 kcal; Białko ogółem: 134.11 g; Tłuszcz: 91.18 g; Węglowodany ogółem: 313.54 g; Witamina B12: 4.54 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.15 g; suma cukrów prostych: 79.79 g; Błonnik pokarmowy: 33.43 g; Magnez: 452.00 mg; Żelazo: 13.58 mg; Witamina A: 1891.65 mg; Witamina B6: 3.21 mg; Witamina C: 281.78 mg; Witamina E: 15.75 mg; Sód: 5144.00 mg; Wapń: 1366.88 mg;

sobota 2026-11-14	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO	
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser żółty 20g. (2), pomidor malinowy 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Sos myśliwski 100g (1), bitka schabowa duszona 100g , Kasza gryczana gotowana 200 g, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.13 kcal; Białko ogółem: 116.11 g; Tłuszcz: 87.35 g; Węglowodany ogółem: 249.76 g; Witamina B12: 2.65 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.16 g; suma cukrów prostych: 52.06 g; Błonnik pokarmowy: 21.61 g; Magnez: 343.90 mg; Żelazo: 11.39 mg; Witamina A: 1356.29 mg; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 146.18 mg; Witamina E: 13.44 mg; Sód: 4866.14 mg; Wapń: 747.84 mg;

sobota 2026-11-14	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,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		**Posiłek nocny:** Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2427.05 kcal; Białko ogółem: 116.93 g; Tłuszcz: 76.12 g; Węglowodany ogółem: 280.86 g; Witamina B12: 3.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.55 g; suma cukrów prostych: 69.83 g; Błonnik pokarmowy: 34.00 g; Magnez: 433.65 mg; Żelazo: 12.89 mg; Witamina A: 3864.10 mg; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 221.13 mg; Witamina E: 14.28 mg; Sód: 4739.80 mg; Wapń: 838.94 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-11-14	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
herbata bez cukru 250ml, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 100g, Szpinak gotowany 100g (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 100 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	**Posiłek nocny:** Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2156.00 kcal; Białko ogółem: 120.76 g; Tłuszcz: 103.60 g; Węglowodany ogółem: 184.65 g; Witamina B12: 5.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.08 g; suma cukrów prostych: 56.67 g; Błonnik pokarmowy: 17.18 g; Magnez: 381.07 mg; Żelazo: 13.04 mg; Witamina A: 3520.60 mg; Witamina B6: 3.59 mg; Witamina C: 108.90 mg; Witamina E: 8.26 mg; Sód: 914.74 mg; Wapń: 815.09 mg;

sobota 2026-11-14	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , ser capresi 40g (2), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), Kompot b/c 300g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, twaróg krajanka 50g(2), Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.15 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 87.19 g; Węglowodany ogółem: 280.50 g; Witamina B12: 4.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.89 g; suma cukrów prostych: 70.98 g; Błonnik pokarmowy: 17.90 g; Magnez: 297.35 mg; Żelazo: 9.71 mg; Witamina A: 3569.50 mg; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 92.53 mg; Witamina E: 12.00 mg; Sód: 4897.60 mg; Wapń: 1096.84 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO**	
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidor malinowy 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, kapusta biała zasmażana 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek zielony 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2202.62 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 77.98 g; Węglowodany ogółem: 268.99 g; Witamina B12: 4.72 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.77 g; suma cukrów prostych: 61.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; Magnez: 340.32 mg; Żelazo: 11.34 mg; Witamina A: 1454.71 mg; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 147.78 mg; Witamina E: 10.90 mg; Sód: 3309.47 mg; Wapń: 986.45 mg;

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

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

niedziela 2026-11-15	**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, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		**Posiłek nocny:** Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2060.00 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 73.91 g; Węglowodany ogółem: 229.88 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.90 g; suma cukrów prostych: 60.27 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; Magnez: 378.47 mg; Żelazo: 13.49 mg; Witamina A: 1759.04 mg; Witamina B6: 2.80 mg; Witamina C: 176.91 mg; Witamina E: 9.73 mg; Sód: 2653.84 mg; Wapń: 840.35 mg;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO**	
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidor malinowy 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, kapusta biała zasmażana 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek zielony 100g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2392.62 kcal; Białko ogółem: 111.43 g; Tłuszcz: 89.68 g; Węglowodany ogółem: 274.29 g; Witamina B12: 6.82 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.96 g; suma cukrów prostych: 65.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; Magnez: 362.32 mg; Żelazo: 13.64 mg; Witamina A: 1742.71 mg; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 147.78 mg; Witamina E: 11.66 mg; Sód: 3488.47 mg; Wapń: 1136.45 mg;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO**	
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

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

niedziela 2026-11-15	Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO	
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

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

niedziela 2026-11-15	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO	
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidor malinowy 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2), szynka dębowa40g (1,2,8), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, kapusta biała zasmażana 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek zielony 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.82 kcal; Białko ogółem: 115.75 g; Tłuszcz: 89.32 g; Węglowodany ogółem: 269.99 g; Witamina B12: 6.48 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; suma cukrów prostych: 61.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; Magnez: 357.92 mg; Żelazo: 13.90 mg; Witamina A: 1726.71 mg; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 147.78 mg; Witamina E: 11.72 mg; Sód: 3723.27 mg; Wapń: 1035.45 mg;

niedziela 2026-11-15	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, mus warzywno-owocowy 100g, pomidor malinowy 100g, Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 150g (2), kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, kapusta biała zasmażana 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, sok pomidorowy 200ml 1szt, herbata 1 torebka, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2249.22 kcal; Białko ogółem: 102.32 g; Tłuszcz: 75.52 g; Węglowodany ogółem: 263.60 g; Witamina B12: 2.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.58 g; suma cukrów prostych: 81.50 g; Błonnik pokarmowy: 23.66 g; Magnez: 255.94 mg; Żelazo: 8.18 mg; Witamina A: 1407.41 mg; Witamina B6: 2.30 mg; Witamina C: 175.62 mg; Witamina E: 11.38 mg; Sód: 2959.04 mg; Wapń: 655.38 mg;

niedziela 2026-11-15	Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1szt. 153g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), pomidor malinowy 100g, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		**Posiłek nocny:** Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.00 kcal; Białko ogółem: 113.46 g; Tłuszcz: 83.61 g; Węglowodany ogółem: 230.48 g; Witamina B12: 6.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.90 g; suma cukrów prostych: 60.27 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; Magnez: 390.47 mg; Żelazo: 15.69 mg; Witamina A: 2031.04 mg; Witamina B6: 2.90 mg; Witamina C: 176.91 mg; Witamina E: 10.46 mg; Sód: 2794.84 mg; Wapń: 887.35 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-11-15	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
herbata bez cukru 250ml, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3),	Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Buraczki gotowane 100g^,	herbata bez cukru 250ml, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana z olejem 120g^, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	**Posiłek nocny:** jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2251.65 kcal; Białko ogółem: 137.64 g; Tłuszcz: 121.68 g; Węglowodany ogółem: 145.00 g; Witamina B12: 7.63 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.11 g; suma cukrów prostych: 47.37 g; Błonnik pokarmowy: 15.17 g; Magnez: 342.40 mg; Żelazo: 13.65 mg; Witamina A: 3557.77 mg; Witamina B6: 3.36 mg; Witamina C: 74.37 mg; Witamina E: 8.02 mg; Sód: 1800.20 mg; Wapń: 1019.80 mg;

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

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

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka grahamka 50g(1), schab na kartki 50g*, rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , mandarynki 150g,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Racuchy z jabłkiem 2szt. (1,2), Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z ananasem 150g ,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2926.53 kcal; Białko ogółem: 120.12 g; Tłuszcz: 88.34 g; Węglowodany ogółem: 411.00 g; Witamina B12: 4.26 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.83 g; suma cukrów prostych: 120.56 g; Błonnik pokarmowy: 36.50 g; Magnez: 389.07 mg; Żelazo: 14.36 mg; Witamina A: 1451.30 mg; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 236.53 mg; Witamina E: 13.05 mg; Sód: 2341.51 mg; Wapń: 1127.47 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt.,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z ananasem 150g ,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2488.54 kcal; Białko ogółem: 96.45 g; Tłuszcz: 78.25 g; Węglowodany ogółem: 345.15 g; Witamina B12: 3.79 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.96 g; suma cukrów prostych: 104.17 g; Błonnik pokarmowy: 16.82 g; Magnez: 203.80 mg; Żelazo: 6.88 mg; Witamina A: 925.30 mg; Witamina B6: 1.55 mg; Witamina C: 77.34 mg; Witamina E: 7.71 mg; Sód: 1828.38 mg; Wapń: 977.12 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO**	
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), schab na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , mandarynki 150g,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, ryż brązowy z jabłkiem, serem i cynamonem 350g(2), Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z ananasem 150g ,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		**Posiłek nocny:** serek homogenizowany naturalny 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.28 kcal; Białko ogółem: 112.06 g; Tłuszcz: 80.83 g; Węglowodany ogółem: 325.70 g; Witamina B12: 3.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.28 g; suma cukrów prostych: 102.35 g; Błonnik pokarmowy: 36.74 g; Magnez: 417.47 mg; Żelazo: 14.10 mg; Witamina A: 1397.30 mg; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 231.07 mg; Witamina E: 11.13 mg; Sód: 2148.01 mg; Wapń: 1163.07 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka grahamka 50g(1), schab na kartki 50g*, rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , mandarynki 150g,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Racuchy z jabłkiem 2szt. (1,2), Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z ananasem 150g ,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		**Posiłek nocny:** serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2986.53 kcal; Białko ogółem: 124.42 g; Tłuszcz: 90.34 g; Węglowodany ogółem: 417.20 g; Witamina B12: 4.76 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.02 g; suma cukrów prostych: 124.76 g; Błonnik pokarmowy: 36.50 g; Magnez: 406.07 mg; Żelazo: 14.46 mg; Witamina A: 1467.30 mg; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 237.53 mg; Witamina E: 13.08 mg; Sód: 2404.51 mg; Wapń: 1297.47 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**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)^, schab na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt.,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z ananasem 150g ,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2488.54 kcal; Białko ogółem: 96.45 g; Tłuszcz: 78.25 g; Węglowodany ogółem: 345.15 g; Witamina B12: 3.79 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.96 g; suma cukrów prostych: 104.17 g; Błonnik pokarmowy: 16.82 g; Magnez: 203.80 mg; Żelazo: 6.88 mg; Witamina A: 925.30 mg; Witamina B6: 1.55 mg; Witamina C: 77.34 mg; Witamina E: 7.71 mg; Sód: 1828.38 mg; Wapń: 977.12 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-11-16	Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Masło 10g(2), Filet pieczony z indyka 50g, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), sok owocowy 100% 200ml. 1szt.,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , surówka z marchewki z ananasem 150g , Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, Masło 10g(2), kurczak gotowany premium 50g , pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2229.86 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 56.35 g; Węglowodany ogółem: 334.31 g; Witamina B12: 3.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.71 g; suma cukrów prostych: 97.32 g; Błonnik pokarmowy: 16.70 g; Magnez: 183.27 mg; Żelazo: 5.95 mg; Witamina A: 817.70 mg; Witamina B6: 1.39 mg; Witamina C: 76.31 mg; Witamina E: 7.12 mg; Sód: 1740.09 mg; Wapń: 844.99 mg;

poniedziałek 2026-11-16	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka grahamka 50g(1), schab na kartki 50g*, schab na kartki 50g*, rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , mandarynki 150g,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Racuchy z jabłkiem 2szt. (1,2), Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z ananasem 150g ,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2983.03 kcal; Białko ogółem: 130.12 g; Tłuszcz: 89.89 g; Węglowodany ogółem: 411.55 g; Witamina B12: 4.26 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.58 g; suma cukrów prostych: 120.56 g; Błonnik pokarmowy: 36.50 g; Magnez: 389.07 mg; Żelazo: 14.36 mg; Witamina A: 1451.30 mg; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 236.53 mg; Witamina E: 13.05 mg; Sód: 2341.51 mg; Wapń: 1127.47 mg;

poniedziałek 2026-11-16	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO	
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, ser żółty 20g. (2), rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt.,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Racuchy z jabłkiem 2szt. (1,2), Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z ananasem 150g ,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2590.33 kcal; Białko ogółem: 109.66 g; Tłuszcz: 93.94 g; Węglowodany ogółem: 324.37 g; Witamina B12: 3.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.28 g; suma cukrów prostych: 102.41 g; Błonnik pokarmowy: 21.64 g; Magnez: 252.07 mg; Żelazo: 11.28 mg; Witamina A: 1086.60 mg; Witamina B6: 2.01 mg; Witamina C: 80.73 mg; Witamina E: 11.18 mg; Sód: 1694.51 mg; Wapń: 964.47 mg;

poniedziałek 2026-11-16	Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO	
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), schab na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , mus warzywno-owocowy 100g,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, ryż brązowy z jabłkiem, serem i cynamonem 350g(2), Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z ananasem 150g ,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		**Posiłek nocny:** serek homogenizowany naturalny 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2485.78 kcal; Białko ogółem: 111.64 g; Tłuszcz: 80.63 g; Węglowodany ogółem: 325.70 g; Witamina B12: 3.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.25 g; suma cukrów prostych: 100.65 g; Błonnik pokarmowy: 38.57 g; Magnez: 391.97 mg; Żelazo: 13.65 mg; Witamina A: 1373.30 mg; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 203.87 mg; Witamina E: 10.83 mg; Sód: 2146.51 mg; Wapń: 1118.07 mg;

poniedziałek 2026-11-16	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	marchewkowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, Masło 5g(2),	Ryżowa 400ml* (8,13), herbata bez cukru 250ml, brokuły gotowane z olejem 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	**Posiłek nocny:** serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2131.33 kcal; Białko ogółem: 146.98 g; Tłuszcz: 87.59 g; Węglowodany ogółem: 193.85 g; Witamina B12: 5.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.71 g; suma cukrów prostych: 67.62 g; Błonnik pokarmowy: 18.11 g; Magnez: 364.18 mg; Żelazo: 9.52 mg; Witamina A: 3003.79 mg; Witamina B6: 3.66 mg; Witamina C: 155.12 mg; Witamina E: 7.50 mg; Sód: 1708.77 mg; Wapń: 1167.26 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-11-16	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), schab na kartki 50g*, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt.,	marchewkowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Kompot b/c 300g, Sos waniliowy b/c 100ml*, surówka z marchewki z ananasem 150g ,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), herbata 1 torebka, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2698.84 kcal; Białko ogółem: 102.57 g; Tłuszcz: 94.97 g; Węglowodany ogółem: 345.73 g; Witamina B12: 5.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.09 g; suma cukrów prostych: 107.77 g; Błonnik pokarmowy: 19.44 g; Magnez: 222.50 mg; Żelazo: 9.83 mg; Witamina A: 2381.30 mg; Witamina B6: 1.70 mg; Witamina C: 79.02 mg; Witamina E: 8.88 mg; Sód: 2382.88 mg; Wapń: 1051.82 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO**	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, miód 1 szt.(25g), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	brokułowa z zacierką 400ml(1,2,8,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z kapusty kiszonej z buraczkiem 150g (11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Filet pieczony z indyka 50g, Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2761.04 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 93.99 g; Węglowodany ogółem: 366.56 g; Witamina B12: 5.68 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.83 g; suma cukrów prostych: 112.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g; Magnez: 402.15 mg; Żelazo: 13.70 mg; Witamina A: 1360.55 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 110.48 mg; Witamina E: 13.04 mg; Sód: 3213.42 mg; Wapń: 956.35 mg;

wtorek 2026-11-17	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 1 szt.(25g),	brokułowa z zacierką 400ml(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2236.92 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 64.10 g; Węglowodany ogółem: 320.73 g; Witamina B12: 5.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.60 g; suma cukrów prostych: 113.21 g; Błonnik pokarmowy: 16.42 g; Magnez: 338.80 mg; Żelazo: 10.58 mg; Witamina A: 1261.70 mg; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 103.33 mg; Witamina E: 8.07 mg; Sód: 2858.27 mg; Wapń: 1041.91 mg;

wtorek 2026-11-17	Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, szynka piastowska 50g(8), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	brokułowa z zacierką 400ml(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z kapusty kiszonej z buraczkiem 150g (11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , Filet pieczony z indyka 50g, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		**Posiłek nocny:** Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2152.20 kcal; Białko ogółem: 89.54 g; Tłuszcz: 62.26 g; Węglowodany ogółem: 294.89 g; Witamina B12: 4.42 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.54 g; suma cukrów prostych: 73.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.97 g; Magnez: 387.00 mg; Żelazo: 12.34 mg; Witamina A: 1200.40 mg; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 107.94 mg; Witamina E: 6.31 mg; Sód: 2984.59 mg; Wapń: 731.14 mg;

wtorek 2026-11-17	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), miód 1 szt.(25g),	brokułowa z zacierką 400ml(1,2,8,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z kapusty kiszonej z buraczkiem 150g (11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Filet pieczony z indyka 50g, Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		**Posiłek nocny:** Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2839.04 kcal; Białko ogółem: 107.56 g; Tłuszcz: 94.63 g; Węglowodany ogółem: 382.76 g; Witamina B12: 5.68 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.83 g; suma cukrów prostych: 112.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g; Magnez: 402.15 mg; Żelazo: 13.70 mg; Witamina A: 1360.55 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 110.48 mg; Witamina E: 13.04 mg; Sód: 3213.42 mg; Wapń: 956.35 mg;

wtorek 2026-11-17	Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO	
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 1 szt.(25g),	brokułowa z zacierką 400ml(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2164.62 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 55.55 g; Węglowodany ogółem: 322.11 g; Witamina B12: 6.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.27 g; suma cukrów prostych: 114.70 g; Błonnik pokarmowy: 16.42 g; Magnez: 343.20 mg; Żelazo: 10.67 mg; Witamina A: 1182.80 mg; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 103.33 mg; Witamina E: 7.82 mg; Sód: 2877.87 mg; Wapń: 1088.31 mg;

wtorek 2026-11-17	Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO	
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twarożek 50g(2)^, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 1 szt.(25g),	brokułowa z zacierką 400ml(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.62 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 46.10 g; Węglowodany ogółem: 323.26 g; Witamina B12: 4.96 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.41 g; suma cukrów prostych: 116.25 g; Błonnik pokarmowy: 16.42 g; Magnez: 335.70 mg; Żelazo: 8.57 mg; Witamina A: 913.30 mg; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 103.33 mg; Witamina E: 7.09 mg; Sód: 2757.37 mg; Wapń: 1089.31 mg;

wtorek 2026-11-17	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), miód 1 szt.(25g), szynka piastowska 50g(8), Banan 1 szt 200g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	brokułowa z zacierką 400ml(1,2,8,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z kapusty kiszonej z buraczkiem 150g (11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Filet pieczony z indyka 50g, Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2761.04 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 93.99 g; Węglowodany ogółem: 366.56 g; Witamina B12: 5.68 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.83 g; suma cukrów prostych: 112.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g; Magnez: 402.15 mg; Żelazo: 13.70 mg; Witamina A: 1360.55 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 110.48 mg; Witamina E: 13.04 mg; Sód: 3213.42 mg; Wapń: 956.35 mg;

wtorek 2026-11-17	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), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), szynka piastowska 50g(8), Banan 1 szt 200g, miód 1 szt.(25g), szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	brokułowa z zacierką 400ml(1,2,8,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z kapusty kiszonej z buraczkiem 150g (11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Filet pieczony z indyka 50g, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2590.92 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 98.66 g; Węglowodany ogółem: 325.93 g; Witamina B12: 4.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.82 g; suma cukrów prostych: 103.07 g; Błonnik pokarmowy: 20.32 g; Magnez: 325.18 mg; Żelazo: 11.81 mg; Witamina A: 1421.59 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 106.99 mg; Witamina E: 15.14 mg; Sód: 2831.80 mg; Wapń: 727.31 mg;

wtorek 2026-11-17	Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), Banan 1 szt 200g, szynka piastowska 50g(8), ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	brokułowa z zacierką 400ml(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z kapusty kiszonej z buraczkiem 150g (11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , Filet pieczony z indyka 50g, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		**Posiłek nocny:** Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.48 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 66.22 g; Węglowodany ogółem: 295.20 g; Witamina B12: 4.43 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.81 g; suma cukrów prostych: 73.48 g; Błonnik pokarmowy: 26.05 g; Magnez: 388.83 mg; Żelazo: 12.48 mg; Witamina A: 1221.14 mg; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 111.49 mg; Witamina E: 7.41 mg; Sód: 3005.17 mg; Wapń: 735.70 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-11-17	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
herbata bez cukru 250ml, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, Marchew gotowana 100 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	herbata bez cukru 250ml, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2192.43 kcal; Białko ogółem: 141.41 g; Tłuszcz: 94.43 g; Węglowodany ogółem: 190.13 g; Witamina B12: 6.19 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.48 g; suma cukrów prostych: 58.74 g; Błonnik pokarmowy: 16.58 g; Magnez: 333.65 mg; Żelazo: 11.18 mg; Witamina A: 3987.49 mg; Witamina B6: 3.20 mg; Witamina C: 65.84 mg; Witamina E: 7.31 mg; Sód: 1900.87 mg; Wapń: 977.98 mg;

wtorek 2026-11-17	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), serek tartare 2 szt. (40g), Banan 1 szt 200g, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, miód 1 szt.(25g), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	brokułowa z zacierką 400ml(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g, twarożek 50g(2)^, Filet pieczony z indyka 50g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2362.72 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; Tłuszcz: 71.55 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; Witamina B12: 6.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.84 g; suma cukrów prostych: 117.82 g; Błonnik pokarmowy: 16.42 g; Magnez: 351.30 mg; Żelazo: 10.88 mg; Witamina A: 1626.20 mg; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 103.33 mg; Witamina E: 9.21 mg; Sód: 3274.77 mg; Wapń: 1144.91 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
środa 2026-11-18	**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 buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: 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 2026-11-18	**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 2026-11-18	**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), Kasza gryczana gotowana 200 g, sałatka z buraków 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: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2423.99 kcal; Białko ogółem: 91.33 g; Tłuszcz: 76.26 g; Węglowodany ogółem: 306.63 g; Witamina B12: 3.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.68 g; suma cukrów prostych: 63.58 g; Błonnik pokarmowy: 34.64 g; Magnez: 430.70 mg; Żelazo: 11.89 mg; Witamina A: 1285.77 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 269.04 mg; Witamina E: 12.36 mg; Sód: 3012.22 mg; Wapń: 1272.90 mg;

środa 2026-11-18	**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 buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		**Posiłek nocny:** 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;

środa 2026-11-18	**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 buraków 150g(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),

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

		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 2026-11-18	**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 2026-11-18	**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 buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: 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 2026-11-18	**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 buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: 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 2026-11-18	**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 buraków 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: Biszkopty 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;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-11-18	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*, bukiet warzyw królewski parowany 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 2026-11-18	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

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
czwartek 2026-11-19	**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)^, filet z kurczaka panierowany 130g(1,3,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(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]: 2567.06 kcal; Białko ogółem: 111.71 g; Tłuszcz: 86.50 g; Węglowodany ogółem: 338.45 g; Witamina B12: 3.70 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.98 g; suma cukrów prostych: 68.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.08 g; Magnez: 426.03 mg; Żelazo: 11.71 mg; Witamina A: 794.90 mg; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 152.53 mg; Witamina E: 13.60 mg; Sód: 3437.47 mg; Wapń: 976.17 mg;

czwartek 2026-11-19	**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)^, filet z kurczaka duszony100g w sosie pietruszkowym 80g (1,13), szpinak gotowany 150g (2), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2278.42 kcal; Białko ogółem: 109.98 g; Tłuszcz: 84.46 g; Węglowodany ogółem: 270.22 g; Witamina B12: 3.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.80 g; suma cukrów prostych: 57.52 g; Błonnik pokarmowy: 20.20 g; Magnez: 336.40 mg; Żelazo: 11.25 mg; Witamina A: 1864.30 mg; Witamina B6: 3.02 mg; Witamina C: 174.95 mg; Witamina E: 12.52 mg; Sód: 2576.39 mg; Wapń: 923.67 mg;

czwartek 2026-11-19	**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, kiełbasa szynkowa dębowa 30g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	krupnik 400ml (1,8,13)^, filet z kurczaka duszony100g w sosie pietruszkowym 80g (1,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		**Posiłek nocny:** Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.47 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 79.11 g; Węglowodany ogółem: 287.45 g; Witamina B12: 3.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.45 g; suma cukrów prostych: 53.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g; Magnez: 438.30 mg; Żelazo: 12.22 mg; Witamina A: 759.50 mg; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 195.04 mg; Witamina E: 11.93 mg; Sód: 3738.09 mg; Wapń: 722.37 mg;

czwartek 2026-11-19	**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)^, filet z kurczaka panierowany 130g(1,3,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(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,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		**Posiłek nocny:** jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2645.06 kcal; Białko ogółem: 113.31 g; Tłuszcz: 87.14 g; Węglowodany ogółem: 354.65 g; Witamina B12: 3.70 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.98 g; suma cukrów prostych: 68.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.68 g; Magnez: 426.03 mg; Żelazo: 11.71 mg; Witamina A: 794.90 mg; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 152.53 mg; Witamina E: 13.60 mg; Sód: 3437.47 mg; Wapń: 976.17 mg;

czwartek 2026-11-19	**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)^, filet z kurczaka duszony100g w sosie pietruszkowym 80g (1,13), szpinak gotowany 150g (2), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2278.42 kcal; Białko ogółem: 109.98 g; Tłuszcz: 84.46 g; Węglowodany ogółem: 270.22 g; Witamina B12: 3.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.80 g; suma cukrów prostych: 57.52 g; Błonnik pokarmowy: 20.20 g; Magnez: 336.40 mg; Żelazo: 11.25 mg; Witamina A: 1864.30 mg; Witamina B6: 3.02 mg; Witamina C: 174.95 mg; Witamina E: 12.52 mg; Sód: 2576.39 mg; Wapń: 923.67 mg;

czwartek 2026-11-19	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, szpinak gotowany 150g (2), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1942.95 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 265.70 g; Witamina B12: 3.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.29 g; suma cukrów prostych: 57.30 g; Błonnik pokarmowy: 19.74 g; Magnez: 323.50 mg; Żelazo: 10.22 mg; Witamina A: 1733.70 mg; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 166.04 mg; Witamina E: 9.19 mg; Sód: 1666.60 mg; Wapń: 904.59 mg;

czwartek 2026-11-19	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)^, filet z kurczaka panierowany 130g(1,3,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(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]: 2700.66 kcal; Białko ogółem: 121.71 g; Tłuszcz: 96.90 g; Węglowodany ogółem: 338.49 g; Witamina B12: 4.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.18 g; suma cukrów prostych: 69.00 g; Błonnik pokarmowy: 32.08 g; Magnez: 438.43 mg; Żelazo: 11.99 mg; Witamina A: 905.30 mg; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 152.53 mg; Witamina E: 13.75 mg; Sód: 3665.47 mg; Wapń: 1298.97 mg;

czwartek 2026-11-19	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)^, filet z kurczaka panierowany 130g(1,3,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(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]: 2286.38 kcal; Białko ogółem: 109.45 g; Tłuszcz: 88.61 g; Węglowodany ogółem: 258.85 g; Witamina B12: 3.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.20 g; suma cukrów prostych: 59.17 g; Błonnik pokarmowy: 22.04 g; Magnez: 275.81 mg; Żelazo: 8.58 mg; Witamina A: 937.98 mg; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 171.57 mg; Witamina E: 13.19 mg; Sód: 2365.08 mg; Wapń: 786.51 mg;

czwartek 2026-11-19	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, kiełbasa szynkowa dębowa 30g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	krupnik 400ml (1,8,13)^, filet z kurczaka duszony100g w sosie pietruszkowym 80g (1,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(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]: 2369.12 kcal; Białko ogółem: 115.22 g; Tłuszcz: 80.38 g; Węglowodany ogółem: 293.92 g; Witamina B12: 3.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.69 g; suma cukrów prostych: 61.73 g; Błonnik pokarmowy: 29.80 g; Magnez: 410.51 mg; Żelazo: 12.32 mg; Witamina A: 896.02 mg; Witamina B6: 3.22 mg; Witamina C: 202.35 mg; Witamina E: 12.37 mg; Sód: 3389.03 mg; Wapń: 720.72 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-11-19	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;

czwartek 2026-11-19	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)^, filet z kurczaka duszony100g w sosie pietruszkowym 80g (1,13), szpinak gotowany 150g (2), 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]: 2520.52 kcal; Białko ogółem: 126.28 g; Tłuszcz: 103.85 g; Węglowodany ogółem: 270.70 g; Witamina B12: 3.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.15 g; suma cukrów prostych: 57.52 g; Błonnik pokarmowy: 20.26 g; Magnez: 341.20 mg; Żelazo: 11.91 mg; Witamina A: 1865.50 mg; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 174.95 mg; Witamina E: 12.73 mg; Sód: 3003.59 mg; Wapń: 929.07 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
piątek 2026-11-20	**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), mandarynki 150g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2), dżem 25g - 1 szt.,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), 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), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2592.34 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 84.64 g; Węglowodany ogółem: 352.86 g; Witamina B12: 7.21 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.46 g; suma cukrów prostych: 104.38 g; Błonnik pokarmowy: 34.45 g; Magnez: 451.97 mg; Żelazo: 15.18 mg; Witamina A: 1155.95 mg; Witamina B6: 3.52 mg; Witamina C: 121.32 mg; Witamina E: 8.76 mg; Sód: 4464.22 mg; Wapń: 1209.23 mg;

piątek 2026-11-20	**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), 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]: 2432.05 kcal; Białko ogółem: 107.86 g; Tłuszcz: 70.47 g; Węglowodany ogółem: 351.20 g; Witamina B12: 6.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.33 g; suma cukrów prostych: 146.53 g; Błonnik pokarmowy: 19.72 g; Magnez: 275.00 mg; Żelazo: 8.70 mg; Witamina A: 1751.85 mg; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 126.77 mg; Witamina E: 8.84 mg; Sód: 3217.22 mg; Wapń: 994.45 mg;

piątek 2026-11-20	**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), mandarynki 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka porowa 150g (3,11,13), 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]: 2217.77 kcal; Białko ogółem: 119.21 g; Tłuszcz: 66.93 g; Węglowodany ogółem: 281.57 g; Witamina B12: 6.63 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.13 g; suma cukrów prostych: 60.88 g; Błonnik pokarmowy: 33.99 g; Magnez: 452.12 mg; Żelazo: 14.88 mg; Witamina A: 1082.68 mg; Witamina B6: 3.51 mg; Witamina C: 117.68 mg; Witamina E: 7.81 mg; Sód: 3942.76 mg; Wapń: 967.52 mg;

piątek 2026-11-20	**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), mandarynki 150g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), 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), 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]: 2514.80 kcal; Białko ogółem: 116.71 g; Tłuszcz: 85.80 g; Węglowodany ogółem: 323.24 g; Witamina B12: 7.21 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.73 g; suma cukrów prostych: 75.57 g; Błonnik pokarmowy: 34.75 g; Magnez: 457.87 mg; Żelazo: 15.34 mg; Witamina A: 1306.77 mg; Witamina B6: 3.59 mg; Witamina C: 120.83 mg; Witamina E: 9.14 mg; Sód: 4746.85 mg; Wapń: 1210.77 mg;

piątek 2026-11-20	**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, 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.,

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.05 kcal; Białko ogółem: 107.86 g; Tłuszcz: 70.47 g; Węglowodany ogółem: 351.20 g; Witamina B12: 6.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.33 g; suma cukrów prostych: 146.53 g; Błonnik pokarmowy: 19.72 g; Magnez: 275.00 mg; Żelazo: 8.70 mg; Witamina A: 1751.85 mg; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 126.77 mg; Witamina E: 8.84 mg; Sód: 3217.22 mg; Wapń: 994.45 mg;

piątek 2026-11-20	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 dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski 150g, 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]: 2305.76 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 57.56 g; Węglowodany ogółem: 350.43 g; Witamina B12: 4.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.24 g; suma cukrów prostych: 146.32 g; Błonnik pokarmowy: 19.83 g; Magnez: 281.40 mg; Żelazo: 8.88 mg; Witamina A: 1690.90 mg; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 129.76 mg; Witamina E: 9.22 mg; Sód: 1799.29 mg; Wapń: 989.19 mg;

piątek 2026-11-20	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), mandarynki 150g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), 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), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2701.34 kcal; Białko ogółem: 119.58 g; Tłuszcz: 110.44 g; Węglowodany ogółem: 317.58 g; Witamina B12: 7.14 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.81 g; suma cukrów prostych: 69.34 g; Błonnik pokarmowy: 33.85 g; Magnez: 447.17 mg; Żelazo: 14.88 mg; Witamina A: 1406.15 mg; Witamina B6: 3.49 mg; Witamina C: 110.72 mg; Witamina E: 9.58 mg; Sód: 4455.82 mg; Wapń: 1095.83 mg;

piątek 2026-11-20	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), mandarynki 150g, szpinak 10g, dżem 25g x 2 szt.,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka porowa 150g (3,11,13), 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]: 2597.57 kcal; Białko ogółem: 112.58 g; Tłuszcz: 87.01 g; Węglowodany ogółem: 349.48 g; Witamina B12: 7.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.44 g; suma cukrów prostych: 132.23 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g; Magnez: 377.15 mg; Żelazo: 15.37 mg; Witamina A: 1346.94 mg; Witamina B6: 3.35 mg; Witamina C: 127.09 mg; Witamina E: 11.33 mg; Sód: 3645.45 mg; Wapń: 885.29 mg;

piątek 2026-11-20	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), mandarynki 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka porowa 150g (3,11,13), 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]: 2217.77 kcal; Białko ogółem: 119.21 g; Tłuszcz: 66.93 g; Węglowodany ogółem: 281.57 g; Witamina B12: 6.63 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.13 g; suma cukrów prostych: 60.88 g; Błonnik pokarmowy: 33.99 g; Magnez: 452.12 mg; Żelazo: 14.88 mg; Witamina A: 1082.68 mg; Witamina B6: 3.51 mg; Witamina C: 117.68 mg; Witamina E: 7.81 mg; Sód: 3942.76 mg; Wapń: 967.52 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-11-20	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 2026-11-20	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,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2602.39 kcal; Białko ogółem: 120.02 g; Tłuszcz: 80.01 g; Węglowodany ogółem: 354.66 g; Witamina B12: 9.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.61 g; suma cukrów prostych: 149.35 g; Błonnik pokarmowy: 19.75 g; Magnez: 295.24 mg; Żelazo: 11.10 mg; Witamina A: 2032.40 mg; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 127.11 mg; Witamina E: 9.58 mg; Sód: 3394.90 mg; Wapń: 1128.25 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.