

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Szynka Ojca Grzegorza 50g, rzodkiew biała 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.13 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 73.93 g; Węglowodany ogółem: 348.61 g; Witamina B12: 13.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.71 g; suma cukrów prostych: 71.90 g; Błonnik pokarmowy: 31.95 g; Magnez: 385.32 mg; Żelazo: 15.15 mg; Witamina A: 1286.40 mg; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 96.32 mg; Witamina E: 9.28 mg; Sód: 6334.31 mg; Wapń: 959.52 mg;

niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Szynka Ojca Grzegorza 50g, rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.76 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 68.49 g; Węglowodany ogółem: 292.06 g; Witamina B12: 14.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.73 g; suma cukrów prostych: 62.00 g; Błonnik pokarmowy: 22.08 g; Magnez: 301.14 mg; Żelazo: 10.54 mg; Witamina A: 1061.20 mg; Witamina B6: 2.60 mg; Witamina C: 93.82 mg; Witamina E: 7.90 mg; Sód: 5621.21 mg; Wapń: 850.93 mg;

niedziela 2026-02-01 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 1 szt. 52g (3), gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), schab Grzegorza 50g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Szynka Ojca Grzegorza 50g, rzodkiew biała 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2120.93 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 73.74 g; Węglowodany ogółem: 265.41 g; Witamina B12: 13.42 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.63 g; suma cukrów prostych: 64.07 g; Błonnik pokarmowy: 32.15 g; Magnez: 418.32 mg; Żelazo: 15.90 mg; Witamina A: 1251.40 mg; Witamina B6: 3.00 mg; Witamina C: 94.32 mg; Witamina E: 9.50 mg; Sód: 6014.31 mg; Wapń: 917.02 mg;

niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Szynka Ojca Grzegorza 50g, rzodkiew biała 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2574.13 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 76.93 g; Węglowodany ogółem: 355.66 g; Witamina B12: 13.80 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.50 g; suma cukrów prostych: 78.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.95 g; Magnez: 400.32 mg; Żelazo: 15.30 mg; Witamina A: 1310.40 mg; Witamina B6: 3.07 mg; Witamina C: 96.32 mg; Witamina E: 9.33 mg; Sód: 6391.31 mg; Wapń: 1114.02 mg;

niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Szynka Ojca Grzegorza 50g, rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.76 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 68.49 g; Węglowodany ogółem: 292.06 g; Witamina B12: 14.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.73 g; suma cukrów prostych: 62.00 g; Błonnik pokarmowy: 22.08 g; Magnez: 301.14 mg; Żelazo: 10.54 mg; Witamina A: 1061.20 mg; Witamina B6: 2.60 mg; Witamina C: 93.82 mg; Witamina E: 7.90 mg; Sód: 5621.21 mg; Wapń: 850.93 mg;

niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Szynka Ojca Grzegorza 50g, rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.76 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 68.49 g; Węglowodany ogółem: 292.06 g; Witamina B12: 14.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.73 g; suma cukrów prostych: 62.00 g; Błonnik pokarmowy: 22.08 g; Magnez: 301.14 mg; Żelazo: 10.54 mg; Witamina A: 1061.20 mg; Witamina B6: 2.60 mg; Witamina C: 93.82 mg; Witamina E: 7.90 mg; Sód: 5621.21 mg; Wapń: 850.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-02-01			Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), schab Grzegorza 50g ,			rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,
			chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Szynka Ojca Grzegorza 50g, rzodkiew biała 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2555.63 kcal; Białko ogółem: 120.37 g; Tłuszcz: 75.48 g; Węglowodany ogółem: 349.16 g; Witamina B12: 13.76 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.46 g; suma cukrów prostych: 71.90 g; Błonnik pokarmowy: 31.95 g; Magnez: 385.32 mg; Żelazo: 15.15 mg; Witamina A: 1286.40 mg; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 96.32 mg; Witamina E: 9.28 mg; Sód: 6334.31 mg; Wapń: 959.52 mg;

niedziela 2026-02-01			Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg 50g(2)^, Mus warzywno-owocowy 100g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), schab Grzegorza 50g ,			rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,
			bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Szynka Ojca Grzegorza 50g, rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2034.93 kcal; Białko ogółem: 105.45 g; Tłuszcz: 66.29 g; Węglowodany ogółem: 261.11 g; Witamina B12: 14.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.44 g; suma cukrów prostych: 54.07 g; Błonnik pokarmowy: 22.18 g; Magnez: 288.32 mg; Żelazo: 10.45 mg; Witamina A: 992.90 mg; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 92.42 mg; Witamina E: 8.08 mg; Sód: 5763.31 mg; Wapń: 711.02 mg;

niedziela 2026-02-01			Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), schab Grzegorza 50g ,			rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,
			chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Szynka Ojca Grzegorza 50g, rzodkiew biała 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2120.93 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 73.74 g; Węglowodany ogółem: 265.41 g; Witamina B12: 13.42 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.63 g; suma cukrów prostych: 64.07 g; Błonnik pokarmowy: 32.15 g; Magnez: 418.32 mg; Żelazo: 15.90 mg; Witamina A: 1251.40 mg; Witamina B6: 3.00 mg; Witamina C: 94.32 mg; Witamina E: 9.50 mg; Sód: 6014.31 mg; Wapń: 917.02 mg;

niedziela 2026-02-01			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 15g*(2),
			Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2619.49 kcal; Białko ogółem: 103.40 g; Tłuszcz: 108.91 g; Węglowodany ogółem: 313.16 g; Witamina B12: 2.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.46 g; suma cukrów prostych: 84.35 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g; Magnez: 386.17 mg; Żelazo: 13.67 mg; Witamina A: 3661.64 mg; Witamina B6: 4.31 mg; Witamina C: 124.33 mg; Witamina E: 7.38 mg; Sód: 897.49 mg; Wapń: 795.48 mg;

niedziela 2026-02-01			Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , mus warzywno-owocowy 100g, twaróg 50g(2)^, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),			rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,
			masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, rukola 10g, herbata 1 torebka, serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2330.76 kcal; Białko ogółem: 119.28 g; Tłuszcz: 70.59 g; Węglowodany ogółem: 311.01 g; Witamina B12: 13.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.28 g; suma cukrów prostych: 80.75 g; Błonnik pokarmowy: 22.18 g; Magnez: 306.64 mg; Żelazo: 10.39 mg; Witamina A: 1095.70 mg; Witamina B6: 2.60 mg; Witamina C: 94.52 mg; Witamina E: 7.87 mg; Sód: 5336.71 mg; Wapń: 975.43 mg;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 300g* (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2762.02 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 79.56 g; Węglowodany ogółem: 434.43 g; Witamina B12: 3.28 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.40 g; suma cukrów prostych: 93.49 g; Błonnik pokarmowy: 38.94 g; Magnez: 424.92 mg; Żelazo: 12.73 mg; Witamina A: 2610.91 mg; Witamina B6: 3.30 mg; Witamina C: 159.43 mg; Witamina E: 7.19 mg; Sód: 3510.40 mg; Wapń: 1033.54 mg;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Knedle z truskawkami 300g* (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2584.47 kcal; Białko ogółem: 77.48 g; Tłuszcz: 91.79 g; Węglowodany ogółem: 375.55 g; Witamina B12: 3.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.71 g; suma cukrów prostych: 94.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.60 g; Magnez: 333.32 mg; Żelazo: 9.87 mg; Witamina A: 2717.20 mg; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 158.06 mg; Witamina E: 7.84 mg; Sód: 2086.02 mg; Wapń: 1014.67 mg;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Chleb razowy 4 kromki 100g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, szynka dębowa40g (1,2,8), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Sos waniliowy b/c 100ml*, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , Pomidor 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.63 kcal; Białko ogółem: 117.47 g; Tłuszcz: 77.84 g; Węglowodany ogółem: 307.23 g; Witamina B12: 4.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.04 g; suma cukrów prostych: 74.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.74 g; Magnez: 371.85 mg; Żelazo: 10.23 mg; Witamina A: 728.41 mg; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 50.78 mg; Witamina E: 6.52 mg; Sód: 3378.81 mg; Wapń: 999.94 mg;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 300g* (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , Pomidor 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2874.82 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 80.91 g; Węglowodany ogółem: 456.03 g; Witamina B12: 3.28 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.97 g; suma cukrów prostych: 94.06 g; Błonnik pokarmowy: 39.51 g; Magnez: 424.92 mg; Żelazo: 12.73 mg; Witamina A: 2610.91 mg; Witamina B6: 3.30 mg; Witamina C: 159.43 mg; Witamina E: 7.19 mg; Sód: 3510.40 mg; Wapń: 1033.54 mg;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Knedle z truskawkami 300g* (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2584.47 kcal; Białko ogółem: 77.48 g; Tłuszcz: 91.79 g; Węglowodany ogółem: 375.55 g; Witamina B12: 3.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.71 g; suma cukrów prostych: 94.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.60 g; Magnez: 333.32 mg; Żelazo: 9.87 mg; Witamina A: 2717.20 mg; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 158.06 mg; Witamina E: 7.84 mg; Sód: 2086.02 mg; Wapń: 1014.67 mg;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Knedle z truskawkami 300g* (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2584.47 kcal; Białko ogółem: 77.48 g; Tłuszcz: 91.79 g; Węglowodany ogółem: 375.55 g; Witamina B12: 3.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.71 g; suma cukrów prostych: 94.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.60 g; Magnez: 333.32 mg; Żelazo: 9.87 mg; Witamina A: 2717.20 mg; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 158.06 mg; Witamina E: 7.84 mg; Sód: 2086.02 mg; Wapń: 1014.67 mg;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, szynka dębowa40g (1,2,8), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 300g* (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2809.22 kcal; Białko ogółem: 94.31 g; Tłuszcz: 81.20 g; Węglowodany ogółem: 434.83 g; Witamina B12: 3.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.09 g; suma cukrów prostych: 93.49 g; Błonnik pokarmowy: 38.94 g; Magnez: 430.52 mg; Żelazo: 13.09 mg; Witamina A: 2610.91 mg; Witamina B6: 3.40 mg; Witamina C: 159.43 mg; Witamina E: 7.27 mg; Sód: 3783.20 mg; Wapń: 1035.54 mg;

poniedziałek 2026-02-02		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szynka dębowa40g (1,2,8),	Grochowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 300g* (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.97 kcal; Białko ogółem: 84.61 g; Tłuszcz: 76.45 g; Węglowodany ogółem: 405.53 g; Witamina B12: 2.75 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.55 g; suma cukrów prostych: 82.89 g; Błonnik pokarmowy: 36.76 g; Magnez: 404.52 mg; Żelazo: 12.89 mg; Witamina A: 2551.91 mg; Witamina B6: 3.29 mg; Witamina C: 156.43 mg; Witamina E: 7.09 mg; Sód: 3686.20 mg; Wapń: 778.54 mg;

poniedziałek 2026-02-02		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Chleb razowy 4 kromki 100g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, szynka dębowa40g (1,2,8), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Sos waniliowy b/c 100ml*, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , Pomidor 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biskvity bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.63 kcal; Białko ogółem: 117.47 g; Tłuszcz: 77.84 g; Węglowodany ogółem: 307.23 g; Witamina B12: 4.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.04 g; suma cukrów prostych: 74.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.74 g; Magnez: 371.85 mg; Żelazo: 10.23 mg; Witamina A: 728.41 mg; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 50.78 mg; Witamina E: 6.52 mg; Sód: 3378.81 mg; Wapń: 999.94 mg;

poniedziałek 2026-02-02		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 100g(13),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2488.02 kcal; Białko ogółem: 139.00 g; Tłuszcz: 111.64 g; Węglowodany ogółem: 242.17 g; Witamina B12: 6.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.15 g; suma cukrów prostych: 100.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g; Magnez: 390.01 mg; Żelazo: 11.90 mg; Witamina A: 4762.70 mg; Witamina B6: 4.17 mg; Witamina C: 95.22 mg; Witamina E: 9.04 mg; Sód: 1265.04 mg; Wapń: 1165.26 mg;

poniedziałek 2026-02-02		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Knedle z truskawkami 300g* (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówki z fileta indyka 2szt. , Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2839.07 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 112.68 g; Węglowodany ogółem: 376.23 g; Witamina B12: 3.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.93 g; suma cukrów prostych: 94.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.66 g; Magnez: 345.12 mg; Żelazo: 10.98 mg; Witamina A: 2718.40 mg; Witamina B6: 3.27 mg; Witamina C: 158.06 mg; Witamina E: 8.15 mg; Sód: 2854.22 mg; Wapń: 1022.57 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), twaróg krajanka 50g(2), pomarańcza 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kapuśniak z kapusty kisz400ml m(1,13), filet z kurczaka panierowany 130g(1,3,13), ziemniaki 250g, puree z zielonego groszku 150g , Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.09 kcal; Białko ogółem: 111.42 g; Tłuszcz: 62.26 g; Węglowodany ogółem: 362.19 g; Witamina B12: 3.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.94 g; suma cukrów prostych: 49.96 g; Błonnik pokarmowy: 38.38 g; Magnez: 444.62 mg; Żelazo: 13.54 mg; Witamina A: 1044.26 mg; Witamina B6: 3.75 mg; Witamina C: 235.23 mg; Witamina E: 10.41 mg; Sód: 3012.12 mg; Wapń: 920.60 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	selerowa z ryżem 400 ml (1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), bukiet warzyw 150g, ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2050.12 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 58.23 g; Węglowodany ogółem: 293.57 g; Witamina B12: 3.14 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.63 g; suma cukrów prostych: 49.60 g; Błonnik pokarmowy: 17.50 g; Magnez: 288.90 mg; Żelazo: 7.52 mg; Witamina A: 1393.90 mg; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 84.61 mg; Witamina E: 7.24 mg; Sód: 3016.66 mg; Wapń: 864.11 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), pomarańcza 1 szt, filet zapiekany z indyka 30g (11,13), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kapuśniak z kap. mieszaną 400 (1,2,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), ziemniaki 250g, puree z zielonego groszku 150g , Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1951.56 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 52.09 g; Węglowodany ogółem: 276.92 g; Witamina B12: 2.49 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.63 g; suma cukrów prostych: 47.67 g; Błonnik pokarmowy: 35.29 g; Magnez: 423.78 mg; Żelazo: 12.38 mg; Witamina A: 1096.57 mg; Witamina B6: 3.73 mg; Witamina C: 253.66 mg; Witamina E: 9.53 mg; Sód: 2966.79 mg; Wapń: 729.59 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), twaróg krajanka 50g(2), pomarańcza 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kapuśniak z kapusty kisz400ml m(1,13), filet z kurczaka panierowany 130g(1,3,13), ziemniaki 250g, puree z zielonego groszku 150g , Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2473.54 kcal; Białko ogółem: 114.14 g; Tłuszcz: 63.63 g; Węglowodany ogółem: 370.37 g; Witamina B12: 3.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.22 g; suma cukrów prostych: 58.14 g; Błonnik pokarmowy: 39.47 g; Magnez: 455.53 mg; Żelazo: 13.99 mg; Witamina A: 1196.08 mg; Witamina B6: 3.85 mg; Witamina C: 246.14 mg; Witamina E: 10.85 mg; Sód: 3295.76 mg; Wapń: 935.15 mg;

wtorek 2026-02-03 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)^, twaróg krajanka 50g(2), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	selerowa z ryżem 400 ml (1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), bukiet warzyw 150g, ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2050.12 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 58.23 g; Węglowodany ogółem: 293.57 g; Witamina B12: 3.14 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.63 g; suma cukrów prostych: 49.60 g; Błonnik pokarmowy: 17.50 g; Magnez: 288.90 mg; Żelazo: 7.52 mg; Witamina A: 1393.90 mg; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 84.61 mg; Witamina E: 7.24 mg; Sód: 3016.66 mg; Wapń: 864.11 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	selerowa z ryżem 400 ml (1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), bukiet warzyw 150g, ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2050.12 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 58.23 g; Węglowodany ogółem: 293.57 g; Witamina B12: 3.14 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.63 g; suma cukrów prostych: 49.60 g; Błonnik pokarmowy: 17.50 g; Magnez: 288.90 mg; Żelazo: 7.52 mg; Witamina A: 1393.90 mg; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 84.61 mg; Witamina E: 7.24 mg; Sód: 3016.66 mg; Wapń: 864.11 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), twaróg krajanka 50g(2), pomarańcza 1 szt, filet zapiekany z indyka 30g (11,13), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kapuśniak z kapusty kisz400ml m(1,13), filet z kurczaka panierowany 130g(1,3,13), ziemniaki 250g, puree z zielonego groszku 150g , Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
--	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2425.99 kcal; Białko ogółem: 117.42 g; Tłuszcz: 62.59 g; Węglowodany ogółem: 362.37 g; Witamina B12: 3.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.94 g; suma cukrów prostych: 49.96 g; Błonnik pokarmowy: 38.38 g; Magnez: 444.62 mg; Żelazo: 13.54 mg; Witamina A: 1044.26 mg; Witamina B6: 3.75 mg; Witamina C: 235.23 mg; Witamina E: 10.41 mg; Sód: 3012.12 mg; Wapń: 920.60 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 30g (11,13), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., pasta jajeczna 60g m (3,13,11), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kapuśniak z kapusty kisz400ml m(1,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), puree z zielonego groszku 150g , ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2096.23 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 67.48 g; Węglowodany ogółem: 280.79 g; Witamina B12: 3.28 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.53 g; suma cukrów prostych: 37.22 g; Błonnik pokarmowy: 22.65 g; Magnez: 321.72 mg; Żelazo: 11.14 mg; Witamina A: 1089.40 mg; Witamina B6: 3.19 mg; Witamina C: 113.44 mg; Witamina E: 8.97 mg; Sód: 3056.12 mg; Wapń: 656.26 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), pomarańcza 1 szt, filet zapiekany z indyka 30g (11,13), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kapuśniak z kap.mieszanej400 (1,2,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), ziemniaki 250g, puree z zielonego groszku 150g , Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1951.56 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 52.09 g; Węglowodany ogółem: 276.92 g; Witamina B12: 2.49 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.63 g; suma cukrów prostych: 47.67 g; Błonnik pokarmowy: 35.29 g; Magnez: 423.78 mg; Żelazo: 12.38 mg; Witamina A: 1096.57 mg; Witamina B6: 3.73 mg; Witamina C: 253.66 mg; Witamina E: 9.53 mg; Sód: 2966.79 mg; Wapń: 729.59 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2), brokuły z wody 120 g,
	Podwieczorek: Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2249.30 kcal; Białko ogółem: 128.24 g; Tłuszcz: 113.64 g; Węglowodany ogółem: 181.83 g; Witamina B12: 5.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.05 g; suma cukrów prostych: 65.64 g; Błonnik pokarmowy: 18.30 g; Magnez: 313.98 mg; Żelazo: 10.47 mg; Witamina A: 4950.69 mg; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 108.58 mg; Witamina E: 8.70 mg; Sód: 1661.25 mg; Wapń: 871.67 mg;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), filet zapiekany z indyka 30g (11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	selerowa z ryżem 400 ml (1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), bukiet warzyw 150g, ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.02 kcal; Białko ogółem: 114.75 g; Tłuszcz: 71.91 g; Węglowodany ogółem: 317.10 g; Witamina B12: 4.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.76 g; suma cukrów prostych: 68.15 g; Błonnik pokarmowy: 22.28 g; Magnez: 299.40 mg; Żelazo: 9.62 mg; Witamina A: 1693.40 mg; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 102.01 mg; Witamina E: 8.02 mg; Sód: 3171.16 mg; Wapń: 933.11 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), schab Grzegorza 50g , jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Gulasz wieprzowy 160g (1), Kasza gryczana 200 g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2240.99 kcal; Białko ogółem: 97.58 g; Tłuszcz: 68.96 g; Węglowodany ogółem: 312.42 g; Witamina B12: 3.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.40 g; suma cukrów prostych: 66.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g; Magnez: 375.02 mg; Żelazo: 12.42 mg; Witamina A: 831.78 mg; Witamina B6: 1.84 mg; Witamina C: 101.95 mg; Witamina E: 6.78 mg; Sód: 2390.68 mg; Wapń: 1249.67 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Marchew gotowana 150g*(1,2), Ryż gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.15 kcal; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 81.49 g; Węglowodany ogółem: 328.43 g; Witamina B12: 3.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.73 g; suma cukrów prostych: 89.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.24 g; Magnez: 306.27 mg; Żelazo: 7.75 mg; Witamina A: 3746.00 mg; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 91.37 mg; Witamina E: 11.56 mg; Sód: 2227.79 mg; Wapń: 983.64 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , schab Grzegorza 50g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Kasza gryczana 200 g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1904.61 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 75.36 g; Węglowodany ogółem: 223.63 g; Witamina B12: 3.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.23 g; suma cukrów prostych: 53.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; Magnez: 352.04 mg; Żelazo: 11.21 mg; Witamina A: 868.60 mg; Witamina B6: 1.58 mg; Witamina C: 98.52 mg; Witamina E: 7.63 mg; Sód: 2370.41 mg; Wapń: 1226.01 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), schab Grzegorza 50g , jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Gulasz wieprzowy 160g (1), Kasza gryczana 200 g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.99 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 70.96 g; Węglowodany ogółem: 318.62 g; Witamina B12: 4.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.59 g; suma cukrów prostych: 70.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g; Magnez: 392.02 mg; Żelazo: 12.52 mg; Witamina A: 847.78 mg; Witamina B6: 1.90 mg; Witamina C: 102.95 mg; Witamina E: 6.81 mg; Sód: 2453.68 mg; Wapń: 1419.67 mg;

środa 2026-02-04 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)^, schab Grzegorza 50g , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Marchew gotowana 150g*(1,2), Ryż gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.15 kcal; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 81.49 g; Węglowodany ogółem: 328.43 g; Witamina B12: 3.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.73 g; suma cukrów prostych: 89.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.24 g; Magnez: 306.27 mg; Żelazo: 7.75 mg; Witamina A: 3746.00 mg; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 91.37 mg; Witamina E: 11.56 mg; Sód: 2227.79 mg; Wapń: 983.64 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Marchew gotowana 150g*(1,2), Ryż gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.15 kcal; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 81.49 g; Węglowodany ogółem: 328.43 g; Witamina B12: 3.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.73 g; suma cukrów prostych: 89.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.24 g; Magnez: 306.27 mg; Żelazo: 7.75 mg; Witamina A: 3746.00 mg; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 91.37 mg; Witamina E: 11.56 mg; Sód: 2227.79 mg; Wapń: 983.64 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), schab Grzegorza 50g , jabłko deserowe 1 szt. , ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Gulasz wieprzowy 160g (1), Kasza gryczana 200 g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.19 kcal; Białko ogółem: 106.14 g; Tłuszcz: 78.16 g; Węglowodany ogółem: 312.50 g; Witamina B12: 4.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.88 g; suma cukrów prostych: 66.19 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g; Magnez: 383.82 mg; Żelazo: 12.62 mg; Witamina A: 924.58 mg; Witamina B6: 1.90 mg; Witamina C: 101.95 mg; Witamina E: 6.98 mg; Sód: 2777.08 mg; Wapń: 1404.07 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), schab Grzegorza 50g , Banan 1 szt, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Gulasz wieprzowy 160g (1), Kasza gryczana 200 g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.89 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 71.00 g; Węglowodany ogółem: 309.61 g; Witamina B12: 3.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.71 g; suma cukrów prostych: 76.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.51 g; Magnez: 381.62 mg; Żelazo: 11.55 mg; Witamina A: 863.08 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 103.65 mg; Witamina E: 6.03 mg; Sód: 2680.08 mg; Wapń: 1143.87 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , schab Grzegorza 50g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Kasza gryczana 200 g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1904.61 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 75.36 g; Węglowodany ogółem: 223.63 g; Witamina B12: 3.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.23 g; suma cukrów prostych: 53.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; Magnez: 352.04 mg; Żelazo: 11.21 mg; Witamina A: 868.60 mg; Witamina B6: 1.58 mg; Witamina C: 98.52 mg; Witamina E: 7.63 mg; Sód: 2370.41 mg; Wapń: 1226.01 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Masło 5g(2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 5g(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.53 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 85.49 g; Węglowodany ogółem: 292.17 g; Witamina B12: 5.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.39 g; suma cukrów prostych: 82.75 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g; Magnez: 418.15 mg; Żelazo: 12.62 mg; Witamina A: 1612.54 mg; Witamina B6: 3.96 mg; Witamina C: 230.60 mg; Witamina E: 7.50 mg; Sód: 717.22 mg; Wapń: 1064.95 mg;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Marchew gotowana 150g*(1,2), Ryż gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Kielbasa szynkowa 30g (1,2,8,11,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.25 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 92.37 g; Węglowodany ogółem: 328.51 g; Witamina B12: 3.78 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.69 g; suma cukrów prostych: 89.40 g; Błonnik pokarmowy: 20.24 g; Magnez: 324.07 mg; Żelazo: 8.28 mg; Witamina A: 3843.90 mg; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 91.37 mg; Witamina E: 11.84 mg; Sód: 2853.29 mg; Wapń: 1141.34 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), szynkowa dębowa 50g ^, gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Pomidorowa z ryżem 400ml* (1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ogórek kisz 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2284.17 kcal; Białko ogółem: 123.66 g; Tłuszcz: 75.55 g; Węglowodany ogółem: 281.82 g; Witamina B12: 3.52 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.27 g; suma cukrów prostych: 56.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g; Magnez: 376.18 mg; Żelazo: 10.83 mg; Witamina A: 892.65 mg; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 105.51 mg; Witamina E: 10.02 mg; Sód: 3861.34 mg; Wapń: 876.23 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbasa szynkowa dębowa 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Pomidorowa z ryżem 400ml* (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, brokuły z wody 150g, kasza bulgur 200g , Kompot b/c 300ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1945.92 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 71.82 g; Węglowodany ogółem: 224.80 g; Witamina B12: 3.35 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.73 g; suma cukrów prostych: 49.70 g; Błonnik pokarmowy: 13.99 g; Magnez: 217.55 mg; Żelazo: 6.93 mg; Witamina A: 1040.95 mg; Witamina B6: 1.63 mg; Witamina C: 127.05 mg; Witamina E: 7.64 mg; Sód: 2569.31 mg; Wapń: 826.77 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt., kielbasa szynkowa dębowa 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Pomidorowa z ryżem 400ml* (1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ogórek kisz 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1981.57 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 76.61 g; Węglowodany ogółem: 216.09 g; Witamina B12: 3.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.38 g; suma cukrów prostych: 44.12 g; Błonnik pokarmowy: 24.31 g; Magnez: 343.88 mg; Żelazo: 10.07 mg; Witamina A: 888.85 mg; Witamina B6: 2.10 mg; Witamina C: 102.51 mg; Witamina E: 9.65 mg; Sód: 3574.44 mg; Wapń: 766.13 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), szynkowa dębowa 50g ^, gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Pomidorowa z ryżem 400ml* (1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ogórek kisz 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2396.97 kcal; Białko ogółem: 126.96 g; Tłuszcz: 76.90 g; Węglowodany ogółem: 303.42 g; Witamina B12: 3.52 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 56.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; Magnez: 376.18 mg; Żelazo: 10.83 mg; Witamina A: 892.65 mg; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 105.51 mg; Witamina E: 10.02 mg; Sód: 3861.34 mg; Wapń: 876.23 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbasa szynkowa dębowa 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Pomidorowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, brokuły z wody 150g, kasza bulgur 200g , Kompot b/c 300ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1945.92 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 71.82 g; Węglowodany ogółem: 224.80 g; Witamina B12: 3.35 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.73 g; suma cukrów prostych: 49.70 g; Błonnik pokarmowy: 13.99 g; Magnez: 217.55 mg; Żelazo: 6.93 mg; Witamina A: 1040.95 mg; Witamina B6: 1.63 mg; Witamina C: 127.05 mg; Witamina E: 7.64 mg; Sód: 2569.31 mg; Wapń: 826.77 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbasa szynkowa dębowa 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Pomidorowa z ryżem 400ml* (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, brokuły z wody 150g, kasza bulgur 200g , Kompot b/c 300ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1945.92 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 71.82 g; Węglowodany ogółem: 224.80 g; Witamina B12: 3.35 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.73 g; suma cukrów prostych: 49.70 g; Błonnik pokarmowy: 13.99 g; Magnez: 217.55 mg; Żelazo: 6.93 mg; Witamina A: 1040.95 mg; Witamina B6: 1.63 mg; Witamina C: 127.05 mg; Witamina E: 7.64 mg; Sód: 2569.31 mg; Wapń: 826.77 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), szynkowa dębowa 50g ^, gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Ser żółty 40g (2),	Pomidorowa z ryżem 400ml* (1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ogórek kisz 50g, herbata 1 torebka,
--	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2417.77 kcal; Białko ogółem: 133.66 g; Tłuszcz: 85.95 g; Węglowodany ogółem: 281.86 g; Witamina B12: 4.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.67 g; suma cukrów prostych: 56.30 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g; Magnez: 388.58 mg; Żelazo: 11.11 mg; Witamina A: 1003.05 mg; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 105.51 mg; Witamina E: 10.17 mg; Sód: 4220.54 mg; Wapń: 1199.03 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, ser żółty 20g. (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Pomidorowa z ryżem 400ml* (1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2),	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1961.77 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 80.31 g; Węglowodany ogółem: 198.84 g; Witamina B12: 3.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.27 g; suma cukrów prostych: 39.15 g; Błonnik pokarmowy: 14.77 g; Magnez: 225.38 mg; Żelazo: 7.07 mg; Witamina A: 916.35 mg; Witamina B6: 1.84 mg; Witamina C: 109.91 mg; Witamina E: 9.01 mg; Sód: 3179.94 mg; Wapń: 786.13 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt., kielbasa szynkowa dębowa 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Pomidorowa z ryżem 400ml* (1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ogórek kisz 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1981.57 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 76.61 g; Węglowodany ogółem: 216.09 g; Witamina B12: 3.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.38 g; suma cukrów prostych: 44.12 g; Błonnik pokarmowy: 24.31 g; Magnez: 343.88 mg; Żelazo: 10.07 mg; Witamina A: 888.85 mg; Witamina B6: 2.10 mg; Witamina C: 102.51 mg; Witamina E: 9.65 mg; Sód: 3574.44 mg; Wapń: 766.13 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	tomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), brokuły z wody 120 g, masło 10g - 1 szt. (2), Mięso mielone drobiowe 90g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2197.97 kcal; Białko ogółem: 97.61 g; Tłuszcz: 106.31 g; Węglowodany ogółem: 215.54 g; Witamina B12: 4.64 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.16 g; suma cukrów prostych: 81.01 g; Błonnik pokarmowy: 17.72 g; Magnez: 299.56 mg; Żelazo: 10.04 mg; Witamina A: 3942.40 mg; Witamina B6: 3.14 mg; Witamina C: 137.30 mg; Witamina E: 8.63 mg; Sód: 804.92 mg; Wapń: 774.69 mg;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbasa szynkowa dębowa 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), twaróg krajanka 50g(2),	Pomidorowa z ryżem 400ml* (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, brokuły z wody 150g, kasza bulgur 200g , Kompot b/c 300ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2146.72 kcal; Białko ogółem: 116.62 g; Tłuszcz: 84.13 g; Węglowodany ogółem: 226.79 g; Witamina B12: 4.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.41 g; suma cukrów prostych: 51.25 g; Błonnik pokarmowy: 14.05 g; Magnez: 229.85 mg; Żelazo: 7.81 mg; Witamina A: 1044.65 mg; Witamina B6: 1.78 mg; Witamina C: 127.05 mg; Witamina E: 7.90 mg; Sód: 2993.01 mg; Wapń: 883.77 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 250g, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2771.99 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 86.14 g; Węglowodany ogółem: 394.40 g; Witamina B12: 5.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.21 g; suma cukrów prostych: 89.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g; Magnez: 427.45 mg; Żelazo: 14.68 mg; Witamina A: 1402.09 mg; Witamina B6: 3.45 mg; Witamina C: 107.82 mg; Witamina E: 11.61 mg; Sód: 2783.83 mg; Wapń: 973.30 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z koperkiem 50g(2), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2228.50 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 66.26 g; Węglowodany ogółem: 324.27 g; Witamina B12: 4.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 84.86 g; Błonnik pokarmowy: 20.54 g; Magnez: 359.30 mg; Żelazo: 9.88 mg; Witamina A: 1648.60 mg; Witamina B6: 3.05 mg; Witamina C: 120.23 mg; Witamina E: 7.63 mg; Sód: 2150.03 mg; Wapń: 1050.20 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2159.85 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; Tłuszcz: 53.81 g; Węglowodany ogółem: 319.97 g; Witamina B12: 5.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.89 g; suma cukrów prostych: 82.91 g; Błonnik pokarmowy: 32.40 g; Magnez: 432.86 mg; Żelazo: 14.55 mg; Witamina A: 1846.87 mg; Witamina B6: 3.43 mg; Witamina C: 137.91 mg; Witamina E: 6.45 mg; Sód: 2351.22 mg; Wapń: 837.04 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 250g, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2847.44 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 87.51 g; Węglowodany ogółem: 402.58 g; Witamina B12: 5.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.49 g; suma cukrów prostych: 97.74 g; Błonnik pokarmowy: 33.16 g; Magnez: 438.36 mg; Żelazo: 15.13 mg; Witamina A: 1553.91 mg; Witamina B6: 3.55 mg; Witamina C: 118.72 mg; Witamina E: 12.05 mg; Sód: 3067.47 mg; Wapń: 987.84 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z koperkiem 50g(2), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2228.50 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 66.26 g; Węglowodany ogółem: 324.27 g; Witamina B12: 4.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 84.86 g; Błonnik pokarmowy: 20.54 g; Magnez: 359.30 mg; Żelazo: 9.88 mg; Witamina A: 1648.60 mg; Witamina B6: 3.05 mg; Witamina C: 120.23 mg; Witamina E: 7.63 mg; Sód: 2150.03 mg; Wapń: 1050.20 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z koperkiem 50g(2), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2228.50 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 66.26 g; Węglowodany ogółem: 324.27 g; Witamina B12: 4.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 84.86 g; Błonnik pokarmowy: 20.54 g; Magnez: 359.30 mg; Żelazo: 9.88 mg; Witamina A: 1648.60 mg; Witamina B6: 3.05 mg; Witamina C: 120.23 mg; Witamina E: 7.63 mg; Sód: 2150.03 mg; Wapń: 1050.20 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Banan 1 szt, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 250g, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2733.19 kcal; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 77.34 g; Węglowodany ogółem: 397.12 g; Witamina B12: 5.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.95 g; suma cukrów prostych: 92.00 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g; Magnez: 425.85 mg; Żelazo: 14.64 mg; Witamina A: 1313.29 mg; Witamina B6: 3.47 mg; Witamina C: 107.82 mg; Witamina E: 11.42 mg; Sód: 2430.23 mg; Wapń: 895.70 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 100g (2) 1szt, masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), serek tartare 2 szt. (40g), bułka wrocławska 100g (1)^, kakao b/cukru 300ml (1,2), Banan 1 szt, dżem 25g - 1 szt.,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), Jajko w sosie koperkowym 2 szt, ziemniaki 250g, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), roszonka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2914.86 kcal; Białko ogółem: 83.07 g; Tłuszcz: 108.54 g; Węglowodany ogółem: 396.78 g; Witamina B12: 7.19 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.72 g; suma cukrów prostych: 123.90 g; Błonnik pokarmowy: 22.95 g; Magnez: 367.07 mg; Żelazo: 17.37 mg; Witamina A: 2683.98 mg; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 112.49 mg; Witamina E: 11.67 mg; Sód: 4160.70 mg; Wapń: 973.38 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), rzodkiewka 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2044.13 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 57.67 g; Węglowodany ogółem: 290.98 g; Witamina B12: 5.12 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.05 g; suma cukrów prostych: 81.53 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g; Magnez: 453.19 mg; Żelazo: 15.08 mg; Witamina A: 1867.61 mg; Witamina B6: 3.44 mg; Witamina C: 141.47 mg; Witamina E: 7.72 mg; Sód: 2219.30 mg; Wapń: 838.10 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
kakao 250ml (1,2), Ryż na mleku 350 ml*(2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki 250g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1973.86 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 58.13 g; Węglowodany ogółem: 292.72 g; Witamina B12: 3.41 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.89 g; suma cukrów prostych: 74.29 g; Błonnik pokarmowy: 23.54 g; Magnez: 379.05 mg; Żelazo: 9.57 mg; Witamina A: 1807.78 mg; Witamina B6: 3.99 mg; Witamina C: 222.51 mg; Witamina E: 6.53 mg; Sód: 612.91 mg; Wapń: 997.41 mg;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 4szt. 80g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z koperkiem 50g(2), filet zapiekany z indyka 30g (11,13), roszonka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2446.40 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 86.19 g; Węglowodany ogółem: 328.21 g; Witamina B12: 5.49 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.18 g; suma cukrów prostych: 97.06 g; Błonnik pokarmowy: 20.54 g; Magnez: 382.50 mg; Żelazo: 10.48 mg; Witamina A: 3003.80 mg; Witamina B6: 3.19 mg; Witamina C: 120.23 mg; Witamina E: 11.99 mg; Sód: 3347.63 mg; Wapń: 1115.80 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), szynka piastowska 50g(8), gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13) [^] , gulasz z indyka 160g (1,13), Kasza gryczana 200 g, sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2166.68 kcal; Białko ogółem: 98.36 g; Tłuszcz: 62.94 g; Węglowodany ogółem: 306.99 g; Witamina B12: 2.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.88 g; suma cukrów prostych: 71.73 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g; Magnez: 371.48 mg; Żelazo: 10.55 mg; Witamina A: 1388.75 mg; Witamina B6: 1.88 mg; Witamina C: 200.51 mg; Witamina E: 11.12 mg; Sód: 2840.19 mg; Wapń: 992.45 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , szynka piastowska 50g(8), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13) [^] , gulasz z indyka 160g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1838.93 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 62.48 g; Węglowodany ogółem: 236.33 g; Witamina B12: 2.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.32 g; suma cukrów prostych: 49.29 g; Błonnik pokarmowy: 12.53 g; Magnez: 203.18 mg; Żelazo: 6.55 mg; Witamina A: 1333.00 mg; Witamina B6: 1.06 mg; Witamina C: 111.16 mg; Witamina E: 7.14 mg; Sód: 1964.29 mg; Wapń: 906.36 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser żółty 20g. (2),	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13) [^] , gulasz z indyka 160g (1,13), Kasza gryczana 200 g, sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1884.18 kcal; Białko ogółem: 89.60 g; Tłuszcz: 63.87 g; Węglowodany ogółem: 247.10 g; Witamina B12: 2.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.43 g; suma cukrów prostych: 59.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g; Magnez: 345.58 mg; Żelazo: 9.93 mg; Witamina A: 1384.95 mg; Witamina B6: 1.71 mg; Witamina C: 197.51 mg; Witamina E: 10.90 mg; Sód: 2632.29 mg; Wapń: 880.75 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), szynka piastowska 50g(8), gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13) [^] , gulasz z indyka 160g (1,13), Kasza gryczana 200 g, sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2244.68 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 63.58 g; Węglowodany ogółem: 323.19 g; Witamina B12: 2.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.88 g; suma cukrów prostych: 71.73 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; Magnez: 371.48 mg; Żelazo: 10.55 mg; Witamina A: 1388.75 mg; Witamina B6: 1.88 mg; Witamina C: 200.51 mg; Witamina E: 11.12 mg; Sód: 2840.19 mg; Wapń: 992.45 mg;

sobota 2026-02-07 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) [^] , szynka piastowska 50g(8), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13) [^] , gulasz z indyka 160g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1838.93 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 62.48 g; Węglowodany ogółem: 236.33 g; Witamina B12: 2.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.32 g; suma cukrów prostych: 49.29 g; Błonnik pokarmowy: 12.53 g; Magnez: 203.18 mg; Żelazo: 6.55 mg; Witamina A: 1333.00 mg; Witamina B6: 1.06 mg; Witamina C: 111.16 mg; Witamina E: 7.14 mg; Sód: 1964.29 mg; Wapń: 906.36 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , szynka piastowska 50g(8), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13) [^] , gulasz z indyka 160g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1838.93 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 62.48 g; Węglowodany ogółem: 236.33 g; Witamina B12: 2.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.32 g; suma cukrów prostych: 49.29 g; Błonnik pokarmowy: 12.53 g; Magnez: 203.18 mg; Żelazo: 6.55 mg; Witamina A: 1333.00 mg; Witamina B6: 1.06 mg; Witamina C: 111.16 mg; Witamina E: 7.14 mg; Sód: 1964.29 mg; Wapń: 906.36 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), szynka piastowska 50g(8), gruszka 1 szt., kakao b/cukru 300ml (1,2), twaróg krajanka 50g(2),	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13) [^] , gulasz z indyka 160g (1,13), Kasza gryczana 200 g, sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2213.76 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; Tłuszcz: 61.63 g; Węglowodany ogółem: 314.83 g; Witamina B12: 3.03 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.08 g; suma cukrów prostych: 78.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g; Magnez: 372.38 mg; Żelazo: 10.76 mg; Witamina A: 1366.29 mg; Witamina B6: 1.88 mg; Witamina C: 199.51 mg; Witamina E: 11.06 mg; Sód: 2816.13 mg; Wapń: 923.31 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), szynka piastowska 50g(8), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kakao b/cukru 300ml (1,2), ser żółty 20g. (2),	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), Kasza gryczana 200 g, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1947.16 kcal; Białko ogółem: 90.06 g; Tłuszcz: 61.64 g; Węglowodany ogółem: 259.49 g; Witamina B12: 2.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.59 g; suma cukrów prostych: 53.40 g; Błonnik pokarmowy: 23.40 g; Magnez: 333.18 mg; Żelazo: 9.63 mg; Witamina A: 1093.99 mg; Witamina B6: 1.49 mg; Witamina C: 117.21 mg; Witamina E: 8.68 mg; Sód: 2898.83 mg; Wapń: 820.11 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser żółty 20g. (2),	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), Kasza gryczana 200 g, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1884.18 kcal; Białko ogółem: 89.60 g; Tłuszcz: 63.87 g; Węglowodany ogółem: 247.10 g; Witamina B12: 2.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.43 g; suma cukrów prostych: 59.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g; Magnez: 345.58 mg; Żelazo: 9.93 mg; Witamina A: 1384.95 mg; Witamina B6: 1.71 mg; Witamina C: 197.51 mg; Witamina E: 10.90 mg; Sód: 2632.29 mg; Wapń: 880.75 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Masło 10g(2),	herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.88 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 94.14 g; Węglowodany ogółem: 286.44 g; Witamina B12: 4.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.46 g; suma cukrów prostych: 74.08 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; Magnez: 440.42 mg; Żelazo: 14.67 mg; Witamina A: 4251.10 mg; Witamina B6: 4.38 mg; Witamina C: 157.81 mg; Witamina E: 9.75 mg; Sód: 804.85 mg; Wapń: 830.03 mg;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2),	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, herbata 1 torebka, kielbasa szynkowa dębowa 40g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2003.33 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 73.32 g; Węglowodany ogółem: 236.81 g; Witamina B12: 3.56 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.50 g; suma cukrów prostych: 49.33 g; Błonnik pokarmowy: 12.53 g; Magnez: 217.58 mg; Żelazo: 7.11 mg; Witamina A: 1425.80 mg; Witamina B6: 1.21 mg; Witamina C: 111.16 mg; Witamina E: 7.42 mg; Sód: 2623.49 mg; Wapń: 1062.76 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1 szt., kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)*, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 250g, brukselka z bulgą tartą 120g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kisz 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2429.82 kcal; Białko ogółem: 112.86 g; Tłuszcz: 78.06 g; Węglowodany ogółem: 326.42 g; Witamina B12: 3.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 58.47 g; Błonnik pokarmowy: 33.89 g; Magnez: 363.68 mg; Żelazo: 10.40 mg; Witamina A: 1219.89 mg; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 142.03 mg; Witamina E: 7.96 mg; Sód: 3819.31 mg; Wapń: 1064.28 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)*, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)*, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)*, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2160.61 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 72.44 g; Węglowodany ogółem: 277.78 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.97 g; suma cukrów prostych: 61.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g; Magnez: 296.04 mg; Żelazo: 10.36 mg; Witamina A: 1086.70 mg; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 93.68 mg; Witamina E: 5.60 mg; Sód: 3316.11 mg; Wapń: 840.13 mg;

niedziela 2026-02-08 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 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)*, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 250g, Brukselka gotowana na parze 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kisz 50g, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1980.15 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 73.20 g; Węglowodany ogółem: 232.32 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.58 g; suma cukrów prostych: 44.13 g; Błonnik pokarmowy: 31.66 g; Magnez: 399.47 mg; Żelazo: 13.16 mg; Witamina A: 1361.20 mg; Witamina B6: 3.00 mg; Witamina C: 147.32 mg; Witamina E: 7.21 mg; Sód: 3237.84 mg; Wapń: 816.36 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1 szt., kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)*, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 250g, brukselka z bulgą tartą 120g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kisz 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.82 kcal; Białko ogółem: 116.26 g; Tłuszcz: 80.06 g; Węglowodany ogółem: 331.12 g; Witamina B12: 3.80 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.33 g; suma cukrów prostych: 62.57 g; Błonnik pokarmowy: 33.89 g; Magnez: 373.68 mg; Żelazo: 10.50 mg; Witamina A: 1235.89 mg; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 142.03 mg; Witamina E: 7.99 mg; Sód: 3857.31 mg; Wapń: 1167.28 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)*, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)*, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)*, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2160.61 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 72.44 g; Węglowodany ogółem: 277.78 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.97 g; suma cukrów prostych: 61.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g; Magnez: 296.04 mg; Żelazo: 10.36 mg; Witamina A: 1086.70 mg; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 93.68 mg; Witamina E: 5.60 mg; Sód: 3316.11 mg; Wapń: 840.13 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)*, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)*, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)*, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2160.61 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 72.44 g; Węglowodany ogółem: 277.78 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.97 g; suma cukrów prostych: 61.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g; Magnez: 296.04 mg; Żelazo: 10.36 mg; Witamina A: 1086.70 mg; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 93.68 mg; Witamina E: 5.60 mg; Sód: 3316.11 mg; Wapń: 840.13 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1 szt., serek homo waniliowy 60g (2), kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 250g, brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kisz 50g, herbata 1 torebka,
---	---	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2524.62 kcal; Białko ogółem: 122.94 g; Tłuszcz: 80.58 g; Węglowodany ogółem: 334.40 g; Witamina B12: 3.70 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.65 g; suma cukrów prostych: 66.21 g; Błonnik pokarmowy: 33.89 g; Magnez: 368.48 mg; Żelazo: 10.52 mg; Witamina A: 1240.89 mg; Witamina B6: 2.80 mg; Witamina C: 142.03 mg; Witamina E: 8.01 mg; Sód: 3843.31 mg; Wapń: 1115.28 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 250g, brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, sok pomidorowy 200ml 1szt, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.42 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 67.62 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; Witamina B12: 2.54 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.68 g; suma cukrów prostych: 70.86 g; Błonnik pokarmowy: 34.33 g; Magnez: 325.19 mg; Żelazo: 9.93 mg; Witamina A: 1219.81 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 154.84 mg; Witamina E: 7.40 mg; Sód: 3353.24 mg; Wapń: 630.03 mg;

niedziela 2026-02-08 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 50g (1,2,3,8,11,13), jabłko deserowe 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), twaróg krajanka 25g. (2)^,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 250g, Brukselka gotowana na parze 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kisz 50g, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1888.25 kcal; Białko ogółem: 109.91 g; Tłuszcz: 64.45 g; Węglowodany ogółem: 232.79 g; Witamina B12: 3.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.00 g; suma cukrów prostych: 44.91 g; Błonnik pokarmowy: 31.66 g; Magnez: 392.52 mg; Żelazo: 11.19 mg; Witamina A: 1090.45 mg; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 147.32 mg; Witamina E: 6.53 mg; Sód: 3243.49 mg; Wapń: 794.36 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.48 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz: 89.67 g; Węglowodany ogółem: 269.67 g; Witamina B12: 4.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.67 g; suma cukrów prostych: 69.75 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g; Magnez: 389.33 mg; Żelazo: 13.53 mg; Witamina A: 3009.80 mg; Witamina B6: 4.32 mg; Witamina C: 120.83 mg; Witamina E: 6.63 mg; Sód: 905.96 mg; Wapń: 840.04 mg;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, roszponka 10g, herbata 1 torebka, twarożek 50g(2)^,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.61 kcal; Białko ogółem: 122.67 g; Tłuszcz: 74.54 g; Węglowodany ogółem: 296.73 g; Witamina B12: 4.17 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.52 g; suma cukrów prostych: 79.77 g; Błonnik pokarmowy: 23.74 g; Magnez: 301.54 mg; Żelazo: 10.21 mg; Witamina A: 1121.20 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 94.38 mg; Witamina E: 5.57 mg; Sód: 3031.61 mg; Wapń: 964.63 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Szynka Ojca Grzegorza 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Sos waniliowy 100ml* (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2676.28 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 68.30 g; Węglowodany ogółem: 413.65 g; Witamina B12: 3.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.75 g; suma cukrów prostych: 100.31 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g; Magnez: 356.02 mg; Żelazo: 11.96 mg; Witamina A: 836.90 mg; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 75.27 mg; Witamina E: 6.11 mg; Sód: 2496.90 mg; Wapń: 949.66 mg;

poniedziałek 2026-02-09 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Selerowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Sos waniliowy 100ml* (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2161.98 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz: 61.70 g; Węglowodany ogółem: 334.93 g; Witamina B12: 3.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.78 g; suma cukrów prostych: 98.02 g; Błonnik pokarmowy: 15.49 g; Magnez: 248.53 mg; Żelazo: 6.45 mg; Witamina A: 669.55 mg; Witamina B6: 1.91 mg; Witamina C: 63.15 mg; Witamina E: 5.64 mg; Sód: 2806.31 mg; Wapń: 933.26 mg;

poniedziałek 2026-02-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, ryż brązowy z jabłkiem, rodzynkami i cynamonem 300g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2054.39 kcal; Białko ogółem: 88.24 g; Tłuszcz: 74.90 g; Węglowodany ogółem: 268.92 g; Witamina B12: 3.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.14 g; suma cukrów prostych: 79.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g; Magnez: 400.64 mg; Żelazo: 12.74 mg; Witamina A: 891.70 mg; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 72.23 mg; Witamina E: 7.60 mg; Sód: 2240.82 mg; Wapń: 892.34 mg;

poniedziałek 2026-02-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Szynka Ojca Grzegorza 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Sos waniliowy 100ml* (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2736.28 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 70.30 g; Węglowodany ogółem: 419.85 g; Witamina B12: 3.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.94 g; suma cukrów prostych: 104.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g; Magnez: 373.02 mg; Żelazo: 12.06 mg; Witamina A: 852.90 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 76.27 mg; Witamina E: 6.14 mg; Sód: 2559.90 mg; Wapń: 1119.66 mg;

poniedziałek 2026-02-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Selerowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Sos waniliowy 100ml* (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2161.98 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz: 61.70 g; Węglowodany ogółem: 334.93 g; Witamina B12: 3.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.78 g; suma cukrów prostych: 98.02 g; Błonnik pokarmowy: 15.49 g; Magnez: 248.53 mg; Żelazo: 6.45 mg; Witamina A: 669.55 mg; Witamina B6: 1.91 mg; Witamina C: 63.15 mg; Witamina E: 5.64 mg; Sód: 2806.31 mg; Wapń: 933.26 mg;

poniedziałek 2026-02-09 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Selerowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Sos waniliowy 100ml* (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2161.98 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz: 61.70 g; Węglowodany ogółem: 334.93 g; Witamina B12: 3.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.78 g; suma cukrów prostych: 98.02 g; Błonnik pokarmowy: 15.49 g; Magnez: 248.53 mg; Żelazo: 6.45 mg; Witamina A: 669.55 mg; Witamina B6: 1.91 mg; Witamina C: 63.15 mg; Witamina E: 5.64 mg; Sód: 2806.31 mg; Wapń: 933.26 mg;

poniedziałek 2026-02-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Szynka Ojca Grzegorza 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), twaróg krajanka 50g(2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Sos waniliowy 100ml* (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2725.28 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 68.55 g; Węglowodany ogółem: 415.40 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.89 g; suma cukrów prostych: 101.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g; Magnez: 360.52 mg; Żelazo: 12.06 mg; Witamina A: 839.40 mg; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 75.27 mg; Witamina E: 6.11 mg; Sód: 2517.40 mg; Wapń: 997.66 mg;

poniedziałek 2026-02-09		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Szynka Ojca Grzegorza 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Sos waniliowy 100ml* (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2579.78 kcal; Białko ogółem: 101.27 g; Tłuszcz: 72.96 g; Węglowodany ogółem: 380.03 g; Witamina B12: 3.12 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.86 g; suma cukrów prostych: 89.27 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g; Magnez: 338.82 mg; Żelazo: 11.96 mg; Witamina A: 870.70 mg; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 72.27 mg; Witamina E: 6.13 mg; Sód: 2786.30 mg; Wapń: 847.06 mg;

poniedziałek 2026-02-09		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, schab Grzegorza 50g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, ryż brązowy z jabłkiem, rodzynkami i cynamonem 300g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1995.49 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 65.86 g; Węglowodany ogółem: 270.74 g; Witamina B12: 3.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.85 g; suma cukrów prostych: 81.07 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g; Magnez: 390.74 mg; Żelazo: 12.28 mg; Witamina A: 801.40 mg; Witamina B6: 2.70 mg; Witamina C: 72.23 mg; Witamina E: 7.32 mg; Sód: 1602.12 mg; Wapń: 783.94 mg;

poniedziałek 2026-02-09		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2055.35 kcal; Białko ogółem: 105.13 g; Tłuszcz: 59.99 g; Węglowodany ogółem: 284.24 g; Witamina B12: 4.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.24 g; suma cukrów prostych: 75.45 g; Błonnik pokarmowy: 22.10 g; Magnez: 397.40 mg; Żelazo: 9.83 mg; Witamina A: 1496.03 mg; Witamina B6: 4.31 mg; Witamina C: 203.54 mg; Witamina E: 5.65 mg; Sód: 1461.75 mg; Wapń: 1024.33 mg;

poniedziałek 2026-02-09		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Szynka Ojca Grzegorza 50g,	Selerowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Sos waniliowy 100ml* (2), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Pomidor 50g, herbata 1 torebka, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2372.78 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 75.81 g; Węglowodany ogółem: 335.67 g; Witamina B12: 3.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.19 g; suma cukrów prostych: 98.02 g; Błonnik pokarmowy: 15.55 g; Magnez: 263.33 mg; Żelazo: 7.68 mg; Witamina A: 670.75 mg; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 63.15 mg; Witamina E: 6.00 mg; Sód: 3550.51 mg; Wapń: 944.76 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), szynka piastowska 50g(8), jabłko deserowe 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), twaróg ze szczypiorkiem 50g (2), rzodkiewka 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.54 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 54.62 g; Węglowodany ogółem: 340.08 g; Witamina B12: 3.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.84 g; suma cukrów prostych: 64.88 g; Błonnik pokarmowy: 35.25 g; Magnez: 460.91 mg; Żelazo: 15.40 mg; Witamina A: 921.25 mg; Witamina B6: 3.20 mg; Witamina C: 108.01 mg; Witamina E: 6.59 mg; Sód: 2591.63 mg; Wapń: 1005.17 mg;

wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2128.41 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 67.40 g; Węglowodany ogółem: 290.14 g; Witamina B12: 3.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.39 g; suma cukrów prostych: 58.71 g; Błonnik pokarmowy: 18.58 g; Magnez: 360.77 mg; Żelazo: 11.89 mg; Witamina A: 1018.40 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 84.16 mg; Witamina E: 5.87 mg; Sód: 2519.07 mg; Wapń: 1070.56 mg;

wtorek 2026-02-10 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 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1 szt., szynka piastowska 30g (8), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), rzodkiewka 50g, twaróg ze szczypiorkiem 50g (2), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1957.74 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; Tłuszcz: 56.85 g; Węglowodany ogółem: 271.49 g; Witamina B12: 4.41 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.21 g; suma cukrów prostych: 50.01 g; Błonnik pokarmowy: 30.68 g; Magnez: 396.71 mg; Żelazo: 15.48 mg; Witamina A: 1121.75 mg; Witamina B6: 3.07 mg; Witamina C: 105.51 mg; Witamina E: 6.30 mg; Sód: 2267.13 mg; Wapń: 771.47 mg;

wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), szynka piastowska 50g(8), jabłko deserowe 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), twaróg ze szczypiorkiem 50g (2), rzodkiewka 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.54 kcal; Białko ogółem: 110.48 g; Tłuszcz: 55.26 g; Węglowodany ogółem: 356.28 g; Witamina B12: 3.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.84 g; suma cukrów prostych: 64.88 g; Błonnik pokarmowy: 35.85 g; Magnez: 460.91 mg; Żelazo: 15.40 mg; Witamina A: 921.25 mg; Witamina B6: 3.20 mg; Witamina C: 108.01 mg; Witamina E: 6.59 mg; Sód: 2591.63 mg; Wapń: 1005.17 mg;

wtorek 2026-02-10 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)^, szynka piastowska 50g(8), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2128.41 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 67.40 g; Węglowodany ogółem: 290.14 g; Witamina B12: 3.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.39 g; suma cukrów prostych: 58.71 g; Błonnik pokarmowy: 18.58 g; Magnez: 360.77 mg; Żelazo: 11.89 mg; Witamina A: 1018.40 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 84.16 mg; Witamina E: 5.87 mg; Sód: 2519.07 mg; Wapń: 1070.56 mg;

wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2128.41 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 67.40 g; Węglowodany ogółem: 290.14 g; Witamina B12: 3.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.39 g; suma cukrów prostych: 58.71 g; Błonnik pokarmowy: 18.58 g; Magnez: 360.77 mg; Żelazo: 11.89 mg; Witamina A: 1018.40 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 84.16 mg; Witamina E: 5.87 mg; Sód: 2519.07 mg; Wapń: 1070.56 mg;

wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), szynka piastowska 50g(8), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), twaróg ze szczypiorkiem 50g (2), rzodkiewka 50g, herbata 1 torebka,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.74 kcal; Białko ogółem: 117.44 g; Tłuszcz: 63.82 g; Węglowodany ogółem: 340.16 g; Witamina B12: 4.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; suma cukrów prostych: 64.92 g; Błonnik pokarmowy: 35.25 g; Magnez: 469.71 mg; Żelazo: 15.60 mg; Witamina A: 1014.05 mg; Witamina B6: 3.26 mg; Witamina C: 108.01 mg; Witamina E: 6.79 mg; Sód: 2978.03 mg; Wapń: 1159.57 mg;

wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), szynka piastowska 50g(8), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser żółty 20g. (2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), twaróg ze szczypiorkiem 50g (2), rosółka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2036.04 kcal; Białko ogółem: 101.71 g; Tłuszcz: 52.06 g; Węglowodany ogółem: 298.01 g; Witamina B12: 3.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.62 g; suma cukrów prostych: 45.43 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g; Magnez: 400.41 mg; Żelazo: 13.47 mg; Witamina A: 899.95 mg; Witamina B6: 2.99 mg; Witamina C: 83.71 mg; Witamina E: 5.18 mg; Sód: 2668.73 mg; Wapń: 888.87 mg;

wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , szynka piastowska 50g(8), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), rzodkiewka 50g, twaróg ze szczypiorkiem 50g (2), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1934.94 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz: 56.35 g; Węglowodany ogółem: 270.97 g; Witamina B12: 3.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.69 g; suma cukrów prostych: 50.05 g; Błonnik pokarmowy: 30.68 g; Magnez: 393.51 mg; Żelazo: 13.48 mg; Witamina A: 942.55 mg; Witamina B6: 3.03 mg; Witamina C: 105.51 mg; Witamina E: 5.77 mg; Sód: 2512.53 mg; Wapń: 878.87 mg;

wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata z cukrem 250ml*, Planki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Gryskowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 100g, Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2483.56 kcal; Białko ogółem: 134.25 g; Tłuszcz: 99.88 g; Węglowodany ogółem: 269.25 g; Witamina B12: 5.40 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.15 g; suma cukrów prostych: 90.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; Magnez: 461.25 mg; Żelazo: 15.85 mg; Witamina A: 3163.44 mg; Witamina B6: 4.30 mg; Witamina C: 155.94 mg; Witamina E: 10.41 mg; Sód: 2398.91 mg; Wapń: 872.37 mg;

wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Planki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), rosółka 10g, herbata 1 torebka, Szynka Ojca Grzegorza 50g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.61 kcal; Białko ogółem: 116.59 g; Tłuszcz: 78.65 g; Węglowodany ogółem: 290.72 g; Witamina B12: 4.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.74 g; suma cukrów prostych: 58.75 g; Błonnik pokarmowy: 18.58 g; Magnez: 376.57 mg; Żelazo: 12.54 mg; Witamina A: 1111.20 mg; Witamina B6: 3.03 mg; Witamina C: 84.16 mg; Witamina E: 6.17 mg; Sód: 3246.47 mg; Wapń: 1227.46 mg;

Dietetyk

.....