

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-11		
Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), schab Grzegorza 50g, jabłko deserowe 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	żurek z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g*(1,13), ryż brązowy 200g, puree z zielonego groszku 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2207.14 kcal; Białko ogółem: 109.19 g; Tłuszcz: 69.00 g; Węglowodany ogółem: 294.20 g; Witamina B12: 3.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.44 g; suma cukrów prostych: 55.11 g; Błonnik pokarmowy: 31.45 g; Magnez: 371.72 mg; Żelazo: 11.27 mg; Witamina A: 653.66 mg; Witamina B6: 1.62 mg; Witamina C: 59.60 mg; Witamina E: 8.27 mg; Sód: 2524.32 mg; Wapń: 930.16 mg;

środa 2026-02-11		
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),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, Gulasz drobiowy 160g*(1,13), brokuły z wody 150g, Ryż gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2353.23 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 73.76 g; Węglowodany ogółem: 324.36 g; Witamina B12: 3.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.51 g; suma cukrów prostych: 79.43 g; Błonnik pokarmowy: 17.77 g; Magnez: 315.03 mg; Żelazo: 8.35 mg; Witamina A: 958.00 mg; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 129.99 mg; Witamina E: 9.34 mg; Sód: 1386.54 mg; Wapń: 945.43 mg;

środa 2026-02-11		
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),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, Gulasz drobiowy 160g*(1,13), ryż brązowy 200g, puree z zielonego groszku 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2079.23 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 86.99 g; Węglowodany ogółem: 237.59 g; Witamina B12: 3.48 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.41 g; suma cukrów prostych: 47.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g; Magnez: 343.68 mg; Żelazo: 10.54 mg; Witamina A: 1537.80 mg; Witamina B6: 1.89 mg; Witamina C: 72.44 mg; Witamina E: 9.96 mg; Sód: 2353.19 mg; Wapń: 978.98 mg;

środa 2026-02-11		
Jadłospis dla diety: Położnicza KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), schab Grzegorza 50g, jabłko deserowe 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	żurek z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g*(1,13), ryż brązowy 200g, puree z zielonego groszku 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2267.14 kcal; Białko ogółem: 113.49 g; Tłuszcz: 71.00 g; Węglowodany ogółem: 300.40 g; Witamina B12: 3.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.63 g; suma cukrów prostych: 59.31 g; Błonnik pokarmowy: 31.45 g; Magnez: 388.72 mg; Żelazo: 11.37 mg; Witamina A: 669.66 mg; Witamina B6: 1.68 mg; Witamina C: 60.60 mg; Witamina E: 8.30 mg; Sód: 2587.32 mg; Wapń: 1100.16 mg;

środa 2026-02-11		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g, Banan 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, Gulasz drobiowy 160g*(1,13), brokuły z wody 150g, Ryż gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2353.23 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 73.76 g; Węglowodany ogółem: 324.36 g; Witamina B12: 3.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.51 g; suma cukrów prostych: 79.43 g; Błonnik pokarmowy: 17.77 g; Magnez: 315.03 mg; Żelazo: 8.35 mg; Witamina A: 958.00 mg; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 129.99 mg; Witamina E: 9.34 mg; Sód: 1386.54 mg; Wapń: 945.43 mg;

środa 2026-02-11		
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),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, Gulasz drobiowy 160g*(1,13), brokuły z wody 150g, Ryż gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2353.23 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 73.76 g; Węglowodany ogółem: 324.36 g; Witamina B12: 3.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.51 g; suma cukrów prostych: 79.43 g; Błonnik pokarmowy: 17.77 g; Magnez: 315.03 mg; Żelazo: 8.35 mg; Witamina A: 958.00 mg; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 129.99 mg; Witamina E: 9.34 mg; Sód: 1386.54 mg; Wapń: 945.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-02-11			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa, wysokoenergetyczna KCO
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), schab Grzegorza 50g, jabłko deserowe 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2),			żurek z ziemniakami 400ml* (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13), ryż brązowy 200g, puree z zielonego groszku 150g, Kompot b/c 300ml*, chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.34 kcal; Białko ogółem: 117.75 g; Tłuszcz: 78.20 g; Węglowodany ogółem: 294.28 g; Witamina B12: 3.54 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.92 g; suma cukrów prostych: 55.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.45 g; Magnez: 380.52 mg; Żelazo: 11.47 mg; Witamina A: 746.46 mg; Witamina B6: 1.68 mg; Witamina C: 59.60 mg; Witamina E: 8.47 mg; Sód: 2910.72 mg; Wapń: 1084.56 mg;

środa 2026-02-11			Jadłospis dla diety: Geriatryczna KCO
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g, Banan 1 szt, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),			żurek z ziemniakami 400ml* (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13), ryż brązowy 200g, puree z zielonego groszku 150g, Kompot b/c 300ml*, chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2266.14 kcal; Białko ogółem: 99.45 g; Tłuszcz: 87.49 g; Węglowodany ogółem: 277.66 g; Witamina B12: 2.97 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.47 g; suma cukrów prostych: 69.75 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g; Magnez: 304.82 mg; Żelazo: 8.35 mg; Witamina A: 1426.46 mg; Witamina B6: 2.01 mg; Witamina C: 60.30 mg; Witamina E: 9.47 mg; Sód: 3276.72 mg; Wapń: 796.86 mg;

środa 2026-02-11			Jadłospis dla diety: Geriatryczna z ogr.łatwoprzysw. węglowod. 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),			koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, Gulasz drobiowy 160g* (1,13), ryż brązowy 200g, puree z zielonego groszku 150g, Kompot b/c 300ml*, chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2079.23 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 86.99 g; Węglowodany ogółem: 237.59 g; Witamina B12: 3.48 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.41 g; suma cukrów prostych: 47.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g; Magnez: 343.68 mg; Żelazo: 10.54 mg; Witamina A: 1537.80 mg; Witamina B6: 1.89 mg; Witamina C: 72.44 mg; Witamina E: 9.96 mg; Sód: 2353.19 mg; Wapń: 978.98 mg;

środa 2026-02-11			Jadłospis dla diety: Sonda, płynna KCO
Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Masło 5g(2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,
			Podwieczorek: Krupnik 350ml(1,8,13), Szpinak 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2813.87 kcal; Białko ogółem: 138.28 g; Tłuszcz: 105.26 g; Węglowodany ogółem: 338.76 g; Witamina B12: 6.00 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.24 g; suma cukrów prostych: 85.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.66 g; Magnez: 571.83 mg; Żelazo: 18.71 mg; Witamina A: 2625.99 mg; Witamina B6: 5.54 mg; Witamina C: 304.82 mg; Witamina E: 10.93 mg; Sód: 1218.55 mg; Wapń: 1212.95 mg;

środa 2026-02-11			Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g, Banan 1 szt, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),			koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, Gulasz drobiowy 160g* (1,13), brokuły z wody 150g, Ryż gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*, masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, szpinak 10g, herbata 1 torebka, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2607.93 kcal; Białko ogółem: 121.64 g; Tłuszcz: 92.96 g; Węglowodany ogółem: 323.59 g; Witamina B12: 4.70 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.86 g; suma cukrów prostych: 77.92 g; Błonnik pokarmowy: 17.77 g; Magnez: 331.33 mg; Żelazo: 10.65 mg; Witamina A: 1320.30 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 129.99 mg; Witamina E: 10.26 mg; Sód: 1893.44 mg; Wapń: 1098.83 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), szynkowa dębowa 50g ^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Pomidorowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, Rolada wieprzowa 100g (1,3,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*, Sos myśliwski 100g (1),	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]: 2621.95 kcal; Białko ogółem: 115.36 g; Tłuszcz: 87.07 g; Węglowodany ogółem: 347.83 g; Witamina B12: 3.73 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.50 g; suma cukrów prostych: 61.55 g; Błonnik pokarmowy: 33.62 g; Magnez: 425.70 mg; Żelazo: 14.97 mg; Witamina A: 753.75 mg; Witamina B6: 3.00 mg; Witamina C: 112.21 mg; Witamina E: 10.09 mg; Sód: 4405.53 mg; Wapń: 893.83 mg;

czwartek 2026-02-12 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)^, bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), sałatka z selerą z jabłkiem 150g, ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaska beszkidzka 2szt., rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.37 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 89.09 g; Węglowodany ogółem: 306.38 g; Witamina B12: 3.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.48 g; suma cukrów prostych: 56.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g; Magnez: 301.70 mg; Żelazo: 9.21 mg; Witamina A: 718.85 mg; Witamina B6: 3.03 mg; Witamina C: 83.89 mg; Witamina E: 8.10 mg; Sód: 5540.21 mg; Wapń: 837.41 mg;

czwartek 2026-02-12 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)^, Rolada wieprzowa 100g (1,3,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*, Sos myśliwski 100g (1),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), kielbaska beszkidzka 2szt., ogórek kisz 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.15 kcal; Białko ogółem: 105.83 g; Tłuszcz: 95.21 g; Węglowodany ogółem: 294.04 g; Witamina B12: 3.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.50 g; suma cukrów prostych: 57.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; Magnez: 406.40 mg; Żelazo: 14.69 mg; Witamina A: 753.95 mg; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 100.81 mg; Witamina E: 10.48 mg; Sód: 4146.63 mg; Wapń: 804.13 mg;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Położnicza KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), szynkowa dębowa 50g ^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Pomidorowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, Rolada wieprzowa 100g (1,3,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Sos myśliwski 100g (1), 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: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2734.75 kcal; Białko ogółem: 118.66 g; Tłuszcz: 88.42 g; Węglowodany ogółem: 369.43 g; Witamina B12: 3.73 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.07 g; suma cukrów prostych: 62.12 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g; Magnez: 425.70 mg; Żelazo: 14.97 mg; Witamina A: 753.75 mg; Witamina B6: 3.00 mg; Witamina C: 112.21 mg; Witamina E: 10.09 mg; Sód: 4405.53 mg; Wapń: 893.83 mg;

czwartek 2026-02-12 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)^, bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), sałatka z selerą z jabłkiem 150g, ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaska beszkidzka 2szt., rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.37 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 89.09 g; Węglowodany ogółem: 306.38 g; Witamina B12: 3.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.48 g; suma cukrów prostych: 56.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g; Magnez: 301.70 mg; Żelazo: 9.21 mg; Witamina A: 718.85 mg; Witamina B6: 3.03 mg; Witamina C: 83.89 mg; Witamina E: 8.10 mg; Sód: 5540.21 mg; Wapń: 837.41 mg;

czwartek 2026-02-12 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)^, bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), sałatka z selerą z jabłkiem 150g, ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaska beszkidzka 2szt., rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.37 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 89.09 g; Węglowodany ogółem: 306.38 g; Witamina B12: 3.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.48 g; suma cukrów prostych: 56.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g; Magnez: 301.70 mg; Żelazo: 9.21 mg; Witamina A: 718.85 mg; Witamina B6: 3.03 mg; Witamina C: 83.89 mg; Witamina E: 8.10 mg; Sód: 5540.21 mg; Wapń: 837.41 mg;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa, wysokoenergetyczna KCO		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), szynkowa dębowa 50g ^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Ser żółty 40g (2),	Pomidorowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, Rolada wieprzowa 100g (1,3,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*, Sos myśliwski 100g (1),	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]: 2755.55 kcal; Białko ogółem: 125.36 g; Tłuszcz: 97.47 g; Węglowodany ogółem: 347.87 g; Witamina B12: 4.41 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.90 g; suma cukrów prostych: 61.59 g; Błonnik pokarmowy: 33.62 g; Magnez: 438.10 mg; Żelazo: 15.25 mg; Witamina A: 864.15 mg; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 112.21 mg; Witamina E: 10.25 mg; Sód: 4764.73 mg; Wapń: 1216.63 mg;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Geriatryczna KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), chleb graham 150g (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)^, Rolada wieprzowa 100g (1,3,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*, Sos myśliwski 100g (1),	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.05 kcal; Białko ogółem: 111.86 g; Tłuszcz: 87.68 g; Węglowodany ogółem: 314.70 g; Witamina B12: 3.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.31 g; suma cukrów prostych: 50.59 g; Błonnik pokarmowy: 33.37 g; Magnez: 391.40 mg; Żelazo: 14.71 mg; Witamina A: 741.45 mg; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 108.21 mg; Witamina E: 9.99 mg; Sód: 4161.63 mg; Wapń: 856.23 mg;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Geriatryczna z ogr.łatwoprzysw. węglowod. 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)^, Rolada wieprzowa 100g (1,3,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*, Sos myśliwski 100g (1),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), kielbaska beskidzka 2szt., ogórek kisz 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.15 kcal; Białko ogółem: 105.83 g; Tłuszcz: 95.21 g; Węglowodany ogółem: 294.04 g; Witamina B12: 3.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.50 g; suma cukrów prostych: 57.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; Magnez: 406.40 mg; Żelazo: 14.69 mg; Witamina A: 753.95 mg; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 100.81 mg; Witamina E: 10.48 mg; Sód: 4146.63 mg; Wapń: 804.13 mg;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Sonda, płynna KCO		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), 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]: 2308.86 kcal; Białko ogółem: 99.15 g; Tłuszcz: 109.75 g; Węglowodany ogółem: 233.47 g; Witamina B12: 4.68 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.28 g; suma cukrów prostych: 81.74 g; Błonnik pokarmowy: 17.75 g; Magnez: 300.92 mg; Żelazo: 10.08 mg; Witamina A: 3970.90 mg; Witamina B6: 3.15 mg; Witamina C: 137.47 mg; Witamina E: 8.70 mg; Sód: 812.08 mg; Wapń: 793.97 mg;

czwartek 2026-02-12 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)^, bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), sałatka z selera z jabłkiem 150g, ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kielbaska beskidzka 2szt., kielbaska beskidzka 2szt., rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2663.97 kcal; Białko ogółem: 121.50 g; Tłuszcz: 108.18 g; Węglowodany ogółem: 308.31 g; Witamina B12: 4.54 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.97 g; suma cukrów prostych: 57.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.65 g; Magnez: 311.00 mg; Żelazo: 9.97 mg; Witamina A: 722.55 mg; Witamina B6: 3.14 mg; Witamina C: 83.89 mg; Witamina E: 8.32 mg; Sód: 5987.91 mg; Wapń: 890.81 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kakao b/cukru 300ml (1,2),	ogórkowa z ziem. 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 250g, surówka z kap.kisz+150g(3,11,13), 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]: 2792.89 kcal; Białko ogółem: 111.70 g; Tłuszcz: 76.56 g; Węglowodany ogółem: 422.99 g; Witamina B12: 4.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.71 g; suma cukrów prostych: 99.60 g; Błonnik pokarmowy: 38.54 g; Magnez: 488.99 mg; Żelazo: 13.05 mg; Witamina A: 795.06 mg; Witamina B6: 3.67 mg; Witamina C: 98.18 mg; Witamina E: 10.76 mg; Sód: 2483.85 mg; Wapń: 915.76 mg;

piątek 2026-02-13 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, kakao b/cukru 300ml (1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rozspanka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2401.59 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 76.27 g; Węglowodany ogółem: 334.83 g; Witamina B12: 5.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.41 g; suma cukrów prostych: 83.55 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g; Magnez: 395.45 mg; Żelazo: 12.74 mg; Witamina A: 2201.59 mg; Witamina B6: 3.44 mg; Witamina C: 134.45 mg; Witamina E: 7.77 mg; Sód: 2054.76 mg; Wapń: 975.25 mg;

piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Chleb razowy 4 kromki 100g (1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Banan 1 szt, kakao b/c 300 ml (1,2),	ogórkowa z ziem. 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, surówka z kap.kisz+150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twaróg ze szczypiorkiem 50g (2), rzodkiewka 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2116.24 kcal; Białko ogółem: 102.99 g; Tłuszcz: 47.64 g; Węglowodany ogółem: 326.63 g; Witamina B12: 4.12 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.17 g; suma cukrów prostych: 94.86 g; Błonnik pokarmowy: 34.99 g; Magnez: 469.05 mg; Żelazo: 11.85 mg; Witamina A: 845.45 mg; Witamina B6: 3.59 mg; Witamina C: 111.30 mg; Witamina E: 5.70 mg; Sód: 2079.18 mg; Wapń: 803.18 mg;

piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Położnicza KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kakao b/cukru 300ml (1,2),	ogórkowa z ziem. 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 250g, surówka z kap.kisz+150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), twaróg ze szczypiorkiem 50g (2), rzodkiewka 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2868.34 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 77.93 g; Węglowodany ogółem: 431.17 g; Witamina B12: 4.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.98 g; suma cukrów prostych: 107.78 g; Błonnik pokarmowy: 39.63 g; Magnez: 499.90 mg; Żelazo: 13.50 mg; Witamina A: 946.88 mg; Witamina B6: 3.77 mg; Witamina C: 109.09 mg; Witamina E: 11.19 mg; Sód: 2767.49 mg; Wapń: 930.31 mg;

piątek 2026-02-13 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, kakao b/cukru 300ml (1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw 150g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rozspanka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2401.59 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 76.27 g; Węglowodany ogółem: 334.83 g; Witamina B12: 5.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.41 g; suma cukrów prostych: 83.55 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g; Magnez: 395.45 mg; Żelazo: 12.74 mg; Witamina A: 2201.59 mg; Witamina B6: 3.44 mg; Witamina C: 134.45 mg; Witamina E: 7.77 mg; Sód: 2054.76 mg; Wapń: 975.25 mg;

piątek 2026-02-13 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, kakao b/cukru 300ml (1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw 150g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rozspanka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2401.59 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 76.27 g; Węglowodany ogółem: 334.83 g; Witamina B12: 5.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.41 g; suma cukrów prostych: 83.55 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g; Magnez: 395.45 mg; Żelazo: 12.74 mg; Witamina A: 2201.59 mg; Witamina B6: 3.44 mg; Witamina C: 134.45 mg; Witamina E: 7.77 mg; Sód: 2054.76 mg; Wapń: 975.25 mg;

piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa, wysokoenergetyczna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), ser capresi 40g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Banan 1 szt, kakao b/cukru 300ml (1,2),	ogórkowa z ziem. 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 250g, surówka z kap.kisz+150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), twaróg ze szczypiorkiem 50g (2), rzodkiewka 50g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2932.89 kcal; Białko ogółem: 118.70 g; Tłuszcz: 86.26 g; Węglowodany ogółem: 423.59 g; Witamina B12: 6.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.71 g; suma cukrów prostych: 99.60 g; Błonnik pokarmowy: 38.54 g; Magnez: 500.99 mg; Żelazo: 15.25 mg; Witamina A: 1067.06 mg; Witamina B6: 3.77 mg; Witamina C: 98.18 mg; Witamina E: 11.49 mg; Sód: 2624.85 mg; Wapń: 962.76 mg;

piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Geriatryczna KCO		
jogurt naturalny 100g (2) 1szt., masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), bułka wrocławska 100g (1)^, kakao b/cukru 300ml (1,2), Banan 1 szt., dżem 25g - 1 szt.,	ogórkowa z ziem. 400ml (1,2,8,13)^, Jajko w sosie koperkowym 2 szt, ziemniaki 250g, surówka z kap.kisz+150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), twarożek ze szczypiorkiem 50g (2), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2796.08 kcal; Białko ogółem: 97.58 g; Tłuszcz: 69.20 g; Węglowodany ogółem: 447.26 g; Witamina B12: 5.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.82 g; suma cukrów prostych: 130.04 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g; Magnez: 434.68 mg; Żelazo: 15.87 mg; Witamina A: 1223.41 mg; Witamina B6: 3.39 mg; Witamina C: 99.30 mg; Witamina E: 6.99 mg; Sód: 2879.04 mg; Wapń: 734.18 mg;

piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Geriatryczna z ogr.łatwoprzysw. węglowod. KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Chleb razowy 4 kromki 100g (1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Banan 1 szt, kakao b/c 300 ml (1,2),	ogórkowa z ziem. 400ml (1,2,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, surówka z kap.kisz+150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twarożek ze szczypiorkiem 50g (2), rzodkiewka 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2064.99 kcal; Białko ogółem: 101.94 g; Tłuszcz: 44.37 g; Węglowodany ogółem: 322.01 g; Witamina B12: 4.09 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.69 g; suma cukrów prostych: 94.41 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g; Magnez: 465.70 mg; Żelazo: 11.50 mg; Witamina A: 777.45 mg; Witamina B6: 3.57 mg; Witamina C: 108.20 mg; Witamina E: 4.96 mg; Sód: 2072.88 mg; Wapń: 785.93 mg;

piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Sonda, płynna 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 100g, bukiet warzyw królewski 120g, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki 250g,
	Podwieczorek: Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.35 kcal; Białko ogółem: 114.76 g; Tłuszcz: 88.61 g; Węglowodany ogółem: 287.45 g; Witamina B12: 4.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.48 g; suma cukrów prostych: 82.33 g; Błonnik pokarmowy: 24.86 g; Magnez: 420.70 mg; Żelazo: 11.93 mg; Witamina A: 2154.28 mg; Witamina B6: 4.35 mg; Witamina C: 222.60 mg; Witamina E: 7.78 mg; Sód: 832.97 mg; Wapń: 1070.32 mg;

piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Serek fromage 80g. 1 szt. (2), dżem 25g - 1 szt., kakao b/cukru 300ml (1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Sos koperkowy 100g (1,2), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z koperkiem 50g(2), roszponka 10g, herbata 1 torebka, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2372.64 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 67.51 g; Węglowodany ogółem: 330.72 g; Witamina B12: 6.12 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.17 g; suma cukrów prostych: 86.51 g; Błonnik pokarmowy: 18.66 g; Magnez: 338.80 mg; Żelazo: 12.44 mg; Witamina A: 2120.04 mg; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 129.50 mg; Witamina E: 7.12 mg; Sód: 1723.46 mg; Wapń: 957.05 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), szynka piastowska 50g(8), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), kasza pęczak 200g.(1), sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2187.98 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz: 68.96 g; Węglowodany ogółem: 297.41 g; Witamina B12: 4.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.91 g; suma cukrów prostych: 59.99 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g; Magnez: 311.05 mg; Żelazo: 11.36 mg; Witamina A: 1168.70 mg; Witamina B6: 2.00 mg; Witamina C: 198.87 mg; Witamina E: 10.14 mg; Sód: 2149.43 mg; Wapń: 909.91 mg;

sobota 2026-02-14 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),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1986.54 kcal; Białko ogółem: 80.61 g; Tłuszcz: 76.86 g; Węglowodany ogółem: 249.94 g; Witamina B12: 3.24 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.44 g; suma cukrów prostych: 61.45 g; Błonnik pokarmowy: 12.43 g; Magnez: 215.42 mg; Żelazo: 8.25 mg; Witamina A: 1409.10 mg; Witamina B6: 1.21 mg; Witamina C: 40.17 mg; Witamina E: 7.32 mg; Sód: 2403.15 mg; Wapń: 933.84 mg;

sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), serek tartare 20g (2),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), kasza pęczak 200g.(1), sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1915.88 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 72.21 g; Węglowodany ogółem: 243.96 g; Witamina B12: 3.75 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.41 g; suma cukrów prostych: 56.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g; Magnez: 288.15 mg; Żelazo: 10.84 mg; Witamina A: 1475.70 mg; Witamina B6: 1.87 mg; Witamina C: 187.47 mg; Witamina E: 11.63 mg; Sód: 2047.53 mg; Wapń: 707.81 mg;

sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Położnicza KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), szynka piastowska 50g(8), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), kasza pęczak 200g.(1), sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.98 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 69.60 g; Węglowodany ogółem: 313.61 g; Witamina B12: 4.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.91 g; suma cukrów prostych: 59.99 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g; Magnez: 311.05 mg; Żelazo: 11.36 mg; Witamina A: 1168.70 mg; Witamina B6: 2.00 mg; Witamina C: 198.87 mg; Witamina E: 10.14 mg; Sód: 2149.43 mg; Wapń: 909.91 mg;

sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1986.54 kcal; Białko ogółem: 80.61 g; Tłuszcz: 76.86 g; Węglowodany ogółem: 249.94 g; Witamina B12: 3.24 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.44 g; suma cukrów prostych: 61.45 g; Błonnik pokarmowy: 12.43 g; Magnez: 215.42 mg; Żelazo: 8.25 mg; Witamina A: 1409.10 mg; Witamina B6: 1.21 mg; Witamina C: 40.17 mg; Witamina E: 7.32 mg; Sód: 2403.15 mg; Wapń: 933.84 mg;

sobota 2026-02-14 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),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1986.54 kcal; Białko ogółem: 80.61 g; Tłuszcz: 76.86 g; Węglowodany ogółem: 249.94 g; Witamina B12: 3.24 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.44 g; suma cukrów prostych: 61.45 g; Błonnik pokarmowy: 12.43 g; Magnez: 215.42 mg; Żelazo: 8.25 mg; Witamina A: 1409.10 mg; Witamina B6: 1.21 mg; Witamina C: 40.17 mg; Witamina E: 7.32 mg; Sód: 2403.15 mg; Wapń: 933.84 mg;

sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa, wysokoenergetyczna KCO		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), szynka piastowska 50g(8), mus warzywno-owocowy 100g, twaróg krajanka 50g(2), kakao b/cukru 300ml (1,2),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13) ^A , gulasz z indyka 160g (1,13), kasza pęczak 200g.(1), sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
--	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.06 kcal; Białko ogółem: 98.54 g; Tłuszcz: 67.65 g; Węglowodany ogółem: 305.25 g; Witamina B12: 4.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.11 g; suma cukrów prostych: 66.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; Magnez: 311.95 mg; Żelazo: 11.58 mg; Witamina A: 1146.24 mg; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 197.87 mg; Witamina E: 10.08 mg; Sód: 2125.37 mg; Wapń: 840.77 mg;

sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Geriatryczna 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),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13) ^A , gulasz z indyka 160g (1,13), kasza pęczak 200g.(1), sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2042.74 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 71.91 g; Węglowodany ogółem: 262.22 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.97 g; suma cukrów prostych: 49.48 g; Błonnik pokarmowy: 23.02 g; Magnez: 290.58 mg; Żelazo: 11.18 mg; Witamina A: 898.68 mg; Witamina B6: 1.65 mg; Witamina C: 110.72 mg; Witamina E: 9.60 mg; Sód: 2232.65 mg; Wapń: 766.13 mg;

sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Geriatryczna z ogr.łatwoprzysw. węglowod. KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), serek tartare 20g (2),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13) ^A , gulasz z indyka 160g (1,13), kasza pęczak 200g.(1), sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1915.88 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 72.21 g; Węglowodany ogółem: 243.96 g; Witamina B12: 3.75 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.41 g; suma cukrów prostych: 56.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g; Magnez: 288.15 mg; Żelazo: 10.84 mg; Witamina A: 1475.70 mg; Witamina B6: 1.87 mg; Witamina C: 187.47 mg; Witamina E: 11.63 mg; Sód: 2047.53 mg; Wapń: 707.81 mg;

sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Sonda, płynna KCO		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Kompot z owoców mroz. 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*,
	Podwieczorek: jarzynowa z ziem.400ml m(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2726.54 kcal; Białko ogółem: 124.03 g; Tłuszcz: 109.60 g; Węglowodany ogółem: 321.62 g; Witamina B12: 5.13 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.93 g; suma cukrów prostych: 80.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g; Magnez: 528.47 mg; Żelazo: 17.12 mg; Witamina A: 4918.65 mg; Witamina B6: 5.40 mg; Witamina C: 192.46 mg; Witamina E: 11.45 mg; Sód: 1789.89 mg; Wapń: 926.41 mg;

sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) ^A , szynka piastowska 50g(8), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), twaróg krajanka 50g(2),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13) ^A , gulasz z indyka 160g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) ^A , serek tartare 2 szt. (40g), rukola 10g, herbata 1 torebka, schab Grzegorza 60g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2103.34 kcal; Białko ogółem: 102.51 g; Tłuszcz: 78.97 g; Węglowodany ogółem: 252.35 g; Witamina B12: 3.69 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.48 g; suma cukrów prostych: 63.00 g; Błonnik pokarmowy: 12.43 g; Magnez: 219.92 mg; Żelazo: 8.35 mg; Witamina A: 1411.60 mg; Witamina B6: 1.26 mg; Witamina C: 40.17 mg; Witamina E: 7.33 mg; Sód: 2423.65 mg; Wapń: 981.84 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), Szynka Ojca Grzegorza 50g, 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, fasolka szparagowa z bulką tartą 150g (1), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), ogórek kisz 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.72 kcal; Białko ogółem: 111.31 g; Tłuszcz: 80.06 g; Węglowodany ogółem: 323.83 g; Witamina B12: 3.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 57.67 g; Błonnik pokarmowy: 35.37 g; Magnez: 433.38 mg; Żelazo: 13.12 mg; Witamina A: 1235.19 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 108.21 mg; Witamina E: 8.18 mg; Sód: 4223.91 mg; Wapń: 1117.88 mg;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)*, Szynka Ojca Grzegorza 50g, 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, Marchew gotowana 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]: 2149.25 kcal; Białko ogółem: 105.62 g; Tłuszcz: 73.95 g; Węglowodany ogółem: 273.79 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.38 g; suma cukrów prostych: 55.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.74 g; Magnez: 284.12 mg; Żelazo: 8.10 mg; Witamina A: 3337.80 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 79.83 mg; Witamina E: 6.91 mg; Sód: 2940.04 mg; Wapń: 814.01 mg;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), schab Grzegorza 50g, jabłko deserowe 1 szt., 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, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kisz 50g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1940.85 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 70.22 g; Węglowodany ogółem: 233.51 g; Witamina B12: 3.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.87 g; suma cukrów prostych: 44.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g; Magnez: 410.77 mg; Żelazo: 11.97 mg; Witamina A: 1152.50 mg; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 107.18 mg; Witamina E: 6.01 mg; Sód: 3799.54 mg; Wapń: 970.75 mg;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Położnicza KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), Szynka Ojca Grzegorza 50g, 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, fasolka szparagowa z bulką tartą 150g (1), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), ogórek kisz 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.72 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 82.06 g; Węglowodany ogółem: 328.53 g; Witamina B12: 4.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.24 g; suma cukrów prostych: 61.77 g; Błonnik pokarmowy: 35.37 g; Magnez: 443.38 mg; Żelazo: 13.22 mg; Witamina A: 1251.19 mg; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 108.21 mg; Witamina E: 8.21 mg; Sód: 4261.91 mg; Wapń: 1220.88 mg;

niedziela 2026-02-15 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 Ojca Grzegorza 50g, 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, Marchew gotowana 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]: 2149.25 kcal; Białko ogółem: 105.62 g; Tłuszcz: 73.95 g; Węglowodany ogółem: 273.79 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.38 g; suma cukrów prostych: 55.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.74 g; Magnez: 284.12 mg; Żelazo: 8.10 mg; Witamina A: 3337.80 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 79.83 mg; Witamina E: 6.91 mg; Sód: 2940.04 mg; Wapń: 814.01 mg;

niedziela 2026-02-15 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 Ojca Grzegorza 50g, 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, Marchew gotowana 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]: 2149.25 kcal; Białko ogółem: 105.62 g; Tłuszcz: 73.95 g; Węglowodany ogółem: 273.79 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.38 g; suma cukrów prostych: 55.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.74 g; Magnez: 284.12 mg; Żelazo: 8.10 mg; Witamina A: 3337.80 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 79.83 mg; Witamina E: 6.91 mg; Sód: 2940.04 mg; Wapń: 814.01 mg;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa, wysokoenergetyczna KCO		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 121.39 g; Tłuszcz: 82.58 g; Węglowodany ogółem: 331.81 g; Witamina B12: 3.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.57 g; suma cukrów prostych: 65.41 g; Błonnik pokarmowy: 35.37 g; Magnez: 438.18 mg; Żelazo: 13.24 mg; Witamina A: 1256.19 mg; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 108.21 mg; Witamina E: 8.22 mg; Sód: 4247.91 mg; Wapń: 1168.88 mg;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Geriatryczna KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), serek homo waniliowy 150g (1), 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, fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (1), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), sok pomidorowy 200ml 1szt, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2406.92 kcal; Białko ogółem: 110.27 g; Tłuszcz: 77.97 g; Węglowodany ogółem: 319.11 g; Witamina B12: 3.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.12 g; suma cukrów prostych: 70.10 g; Błonnik pokarmowy: 35.81 g; Magnez: 400.29 mg; Żelazo: 12.48 mg; Witamina A: 1345.51 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 121.02 mg; Witamina E: 7.67 mg; Sód: 3776.04 mg; Wapń: 1003.93 mg;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Geriatryczna z ogr.łatwoprzysw. węglowod. KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), jabłko deserowe 1 szt., schab Grzegorza 50g, 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, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kisz 50g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1940.85 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 70.22 g; Węglowodany ogółem: 233.51 g; Witamina B12: 3.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.87 g; suma cukrów prostych: 44.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g; Magnez: 410.77 mg; Żelazo: 11.97 mg; Witamina A: 1152.50 mg; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 107.18 mg; Witamina E: 6.01 mg; Sód: 3799.54 mg; Wapń: 970.75 mg;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Sonda, płynna 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, Szpinak gotowany 120g(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]: 2233.99 kcal; Białko ogółem: 103.91 g; Tłuszcz: 90.86 g; Węglowodany ogółem: 256.74 g; Witamina B12: 4.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.93 g; suma cukrów prostych: 60.06 g; Błonnik pokarmowy: 22.74 g; Magnez: 416.81 mg; Żelazo: 13.89 mg; Witamina A: 3783.40 mg; Witamina B6: 4.53 mg; Witamina C: 158.38 mg; Witamina E: 9.05 mg; Sód: 859.66 mg; Wapń: 872.47 mg;

niedziela 2026-02-15 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, Marchew gotowana 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, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2397.25 kcal; Białko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 85.50 g; Węglowodany ogółem: 291.59 g; Witamina B12: 5.32 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.79 g; suma cukrów prostych: 72.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g; Magnez: 297.12 mg; Żelazo: 10.05 mg; Witamina A: 3641.80 mg; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 80.53 mg; Witamina E: 7.61 mg; Sód: 2776.04 mg; Wapń: 937.51 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), Kasza gryczana 200 g, Kompot b/c 300ml*, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.86 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 68.67 g; Węglowodany ogółem: 315.65 g; Witamina B12: 3.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.43 g; suma cukrów prostych: 92.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.90 g; Magnez: 478.90 mg; Żelazo: 13.99 mg; Witamina A: 1265.00 mg; Witamina B6: 3.17 mg; Witamina C: 93.42 mg; Witamina E: 8.30 mg; Sód: 3854.85 mg; Wapń: 973.10 mg;

poniedziałek 2026-02-16 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),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2204.79 kcal; Białko ogółem: 104.70 g; Tłuszcz: 71.44 g; Węglowodany ogółem: 291.11 g; Witamina B12: 3.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.80 g; suma cukrów prostych: 90.80 g; Błonnik pokarmowy: 18.49 g; Magnez: 340.52 mg; Żelazo: 11.12 mg; Witamina A: 1316.80 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 92.82 mg; Witamina E: 8.09 mg; Sód: 3329.35 mg; Wapń: 941.91 mg;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, schab Grzegorza 40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kasza gryczana 200 g, Kompot b/c 300ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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]: 2020.76 kcal; Białko ogółem: 110.44 g; Tłuszcz: 67.69 g; Węglowodany ogółem: 252.75 g; Witamina B12: 3.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.79 g; suma cukrów prostych: 82.34 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g; Magnez: 479.20 mg; Żelazo: 14.09 mg; Witamina A: 1222.00 mg; Witamina B6: 3.19 mg; Witamina C: 91.42 mg; Witamina E: 8.26 mg; Sód: 3826.75 mg; Wapń: 876.60 mg;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Położnicza KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), Kasza gryczana 200 g, Kompot b/c 300ml*, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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]: 2376.86 kcal; Białko ogółem: 115.12 g; Tłuszcz: 70.67 g; Węglowodany ogółem: 321.85 g; Witamina B12: 4.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.62 g; suma cukrów prostych: 96.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.90 g; Magnez: 495.90 mg; Żelazo: 14.09 mg; Witamina A: 1281.00 mg; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 94.42 mg; Witamina E: 8.33 mg; Sód: 3917.85 mg; Wapń: 1143.10 mg;

poniedziałek 2026-02-16 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),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2204.79 kcal; Białko ogółem: 104.70 g; Tłuszcz: 71.44 g; Węglowodany ogółem: 291.11 g; Witamina B12: 3.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.80 g; suma cukrów prostych: 90.80 g; Błonnik pokarmowy: 18.49 g; Magnez: 340.52 mg; Żelazo: 11.12 mg; Witamina A: 1316.80 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 92.82 mg; Witamina E: 8.09 mg; Sód: 3329.35 mg; Wapń: 941.91 mg;

poniedziałek 2026-02-16 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),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2204.79 kcal; Białko ogółem: 104.70 g; Tłuszcz: 71.44 g; Węglowodany ogółem: 291.11 g; Witamina B12: 3.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.80 g; suma cukrów prostych: 90.80 g; Błonnik pokarmowy: 18.49 g; Magnez: 340.52 mg; Żelazo: 11.12 mg; Witamina A: 1316.80 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 92.82 mg; Witamina E: 8.09 mg; Sód: 3329.35 mg; Wapń: 941.91 mg;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa, wysokoenergetyczna KCO		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), twaróg krajanka 50g(2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kasza gryczana 200 g, Kompot b/c 300ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,
--	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.86 kcal; Białko ogółem: 120.72 g; Tłuszcz: 68.92 g; Węglowodany ogółem: 317.40 g; Witamina B12: 4.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.57 g; suma cukrów prostych: 93.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.90 g; Magnez: 483.40 mg; Żelazo: 14.09 mg; Witamina A: 1267.50 mg; Witamina B6: 3.22 mg; Witamina C: 93.42 mg; Witamina E: 8.30 mg; Sód: 3875.35 mg; Wapń: 1021.10 mg;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Geriatryczna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kasza gryczana 200 g, Kompot b/c 300ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2562.34 kcal; Białko ogółem: 116.64 g; Tłuszcz: 91.28 g; Węglowodany ogółem: 314.89 g; Witamina B12: 5.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.05 g; suma cukrów prostych: 90.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g; Magnez: 497.03 mg; Żelazo: 16.42 mg; Witamina A: 1648.04 mg; Witamina B6: 3.29 mg; Witamina C: 96.97 mg; Witamina E: 10.32 mg; Sód: 4382.33 mg; Wapń: 1131.06 mg;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Geriatryczna z ogr.łatwoprzysw. węglowod. KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, schab Grzegorza 40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), Kasza gryczana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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]: 2020.76 kcal; Białko ogółem: 110.44 g; Tłuszcz: 67.69 g; Węglowodany ogółem: 252.75 g; Witamina B12: 3.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.79 g; suma cukrów prostych: 82.34 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g; Magnez: 479.20 mg; Żelazo: 14.09 mg; Witamina A: 1222.00 mg; Witamina B6: 3.19 mg; Witamina C: 91.42 mg; Witamina E: 8.26 mg; Sód: 3826.75 mg; Wapń: 876.60 mg;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Sonda, płynna 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 mroż. 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 2026-02-16 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), schab Grzegorza 40g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, ryż z jabłkami sł 300g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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]: 2549.04 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 85.37 g; Węglowodany ogółem: 352.15 g; Witamina B12: 3.72 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.68 g; suma cukrów prostych: 109.63 g; Błonnik pokarmowy: 18.89 g; Magnez: 301.22 mg; Żelazo: 11.08 mg; Witamina A: 1105.70 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 88.74 mg; Witamina E: 9.07 mg; Sód: 3526.25 mg; Wapń: 922.82 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, jabłko deserowe 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki 250g, brukselka z bułką tartą 120g(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]: 2526.25 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 74.00 g; Węglowodany ogółem: 365.97 g; Witamina B12: 3.87 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 57.17 g; Błonnik pokarmowy: 40.67 g; Magnez: 447.73 mg; Żelazo: 14.45 mg; Witamina A: 885.95 mg; Witamina B6: 3.45 mg; Witamina C: 201.09 mg; Witamina E: 12.43 mg; Sód: 2257.06 mg; Wapń: 1011.36 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 100g w sosie wł., ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*, szpinak gotowany 150g (2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg z koperkiem 50g(2), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2182.87 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 67.82 g; Węglowodany ogółem: 292.88 g; Witamina B12: 3.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.20 g; suma cukrów prostych: 54.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g; Magnez: 382.19 mg; Żelazo: 12.64 mg; Witamina A: 1738.45 mg; Witamina B6: 3.31 mg; Witamina C: 190.12 mg; Witamina E: 10.53 mg; Sód: 2077.45 mg; Wapń: 1018.94 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 100g w sosie wł., ziemniaki 250g, surówka z marchewki 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), rzodkiewka 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2296.74 kcal; Białko ogółem: 105.49 g; Tłuszcz: 76.49 g; Węglowodany ogółem: 307.82 g; Witamina B12: 4.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.63 g; suma cukrów prostych: 76.05 g; Błonnik pokarmowy: 33.76 g; Magnez: 440.84 mg; Żelazo: 13.99 mg; Witamina A: 2804.60 mg; Witamina B6: 4.07 mg; Witamina C: 139.26 mg; Witamina E: 9.51 mg; Sód: 2215.68 mg; Wapń: 860.68 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Położnicza KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, jabłko deserowe 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki 250g, brukselka z bułką tartą 120g(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]: 2604.25 kcal; Białko ogółem: 115.33 g; Tłuszcz: 74.64 g; Węglowodany ogółem: 382.17 g; Witamina B12: 3.87 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 57.17 g; Błonnik pokarmowy: 41.27 g; Magnez: 447.73 mg; Żelazo: 14.45 mg; Witamina A: 885.95 mg; Witamina B6: 3.45 mg; Witamina C: 201.09 mg; Witamina E: 12.43 mg; Sód: 2257.06 mg; Wapń: 1011.36 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 100g w sosie wł., ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*, szpinak gotowany 150g (2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg z koperkiem 50g(2), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2182.87 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 67.82 g; Węglowodany ogółem: 292.88 g; Witamina B12: 3.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.20 g; suma cukrów prostych: 54.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g; Magnez: 382.19 mg; Żelazo: 12.64 mg; Witamina A: 1738.45 mg; Witamina B6: 3.31 mg; Witamina C: 190.12 mg; Witamina E: 10.53 mg; Sód: 2077.45 mg; Wapń: 1018.94 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 100g w sosie wł., ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*, szpinak gotowany 150g (2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg z koperkiem 50g(2), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2182.87 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 67.82 g; Węglowodany ogółem: 292.88 g; Witamina B12: 3.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.20 g; suma cukrów prostych: 54.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g; Magnez: 382.19 mg; Żelazo: 12.64 mg; Witamina A: 1738.45 mg; Witamina B6: 3.31 mg; Witamina C: 190.12 mg; Witamina E: 10.53 mg; Sód: 2077.45 mg; Wapń: 1018.94 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa, wysokoenergetyczna KCO		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki 250g, brukselka z bułką tartą 120g(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]: 2643.45 kcal; Białko ogółem: 122.29 g; Tłuszcz: 83.20 g; Węglowodany ogółem: 366.05 g; Witamina B12: 4.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.86 g; suma cukrów prostych: 57.21 g; Błonnik pokarmowy: 40.67 g; Magnez: 456.53 mg; Żelazo: 14.65 mg; Witamina A: 978.75 mg; Witamina B6: 3.51 mg; Witamina C: 201.09 mg; Witamina E: 12.63 mg; Sód: 2643.46 mg; Wapń: 1165.76 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Geriatryczna KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser żółty 20g. (2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki 250g, brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), twaróg ze szczypiorkiem 50g (2), rosłonka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.75 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 71.44 g; Węglowodany ogółem: 330.70 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.14 g; suma cukrów prostych: 40.62 g; Błonnik pokarmowy: 39.03 g; Magnez: 382.23 mg; Żelazo: 12.32 mg; Witamina A: 862.65 mg; Witamina B6: 3.21 mg; Witamina C: 193.49 mg; Witamina E: 11.01 mg; Sód: 2332.16 mg; Wapń: 886.06 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Geriatryczna z ogr.łatwoprzysw. węglowod. KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	kalafiorowa z ryżem 400ml(1,2,3,13), schab duszony 100g w sosie wł., ziemniaki 250g, surówka z marchewki 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), rzodkiewka 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2263.29 kcal; Białko ogółem: 104.35 g; Tłuszcz: 76.35 g; Węglowodany ogółem: 298.90 g; Witamina B12: 4.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.61 g; suma cukrów prostych: 74.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.89 g; Magnez: 409.82 mg; Żelazo: 13.04 mg; Witamina A: 2708.05 mg; Witamina B6: 3.55 mg; Witamina C: 104.51 mg; Witamina E: 9.36 mg; Sód: 2994.16 mg; Wapń: 849.59 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Sonda, płynna KCO		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki 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*, marchew gotowana 120g (1,2),	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]: 2504.36 kcal; Białko ogółem: 132.82 g; Tłuszcz: 99.69 g; Węglowodany ogółem: 277.24 g; Witamina B12: 5.40 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.16 g; suma cukrów prostych: 95.38 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; Magnez: 425.57 mg; Żelazo: 13.59 mg; Witamina A: 4188.24 mg; Witamina B6: 4.17 mg; Witamina C: 106.91 mg; Witamina E: 8.95 mg; Sód: 2452.80 mg; Wapń: 817.33 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 100g w sosie wł., ziemniaki 250g, Kompot b/c 300ml*, szpinak gotowany 150g (2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twaróg z koperkiem 100g, rosłonka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.85 kcal; Białko ogółem: 125.76 g; Tłuszcz: 77.23 g; Węglowodany ogółem: 294.30 g; Witamina B12: 4.75 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.81 g; suma cukrów prostych: 55.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.90 g; Magnez: 394.48 mg; Żelazo: 12.82 mg; Witamina A: 1819.50 mg; Witamina B6: 3.40 mg; Witamina C: 188.88 mg; Witamina E: 10.73 mg; Sód: 2482.02 mg; Wapń: 1213.98 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Naleśniki z serem 2 szt. 250g (1,2,3), Sos waniliowy 100ml* (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2656.72 kcal; Białko ogółem: 111.48 g; Tłuszcz: 82.76 g; Węglowodany ogółem: 367.20 g; Witamina B12: 6.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.01 g; suma cukrów prostych: 83.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.35 g; Magnez: 417.61 mg; Żelazo: 16.51 mg; Witamina A: 1076.40 mg; Witamina B6: 2.00 mg; Witamina C: 44.73 mg; Witamina E: 8.51 mg; Sód: 2273.48 mg; Wapń: 1398.81 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, makaron z serem 300g (1,2,3)^, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.84 kcal; Białko ogółem: 95.68 g; Tłuszcz: 76.23 g; Węglowodany ogółem: 276.58 g; Witamina B12: 5.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.35 g; suma cukrów prostych: 62.39 g; Błonnik pokarmowy: 10.23 g; Magnez: 216.85 mg; Żelazo: 9.12 mg; Witamina A: 1078.80 mg; Witamina B6: 1.28 mg; Witamina C: 28.79 mg; Witamina E: 5.41 mg; Sód: 1757.71 mg; Wapń: 1100.16 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), schab Grzegorza40g, jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Makaron razowy z serem b/c 300g (1,2)^, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2188.03 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 77.94 g; Węglowodany ogółem: 266.30 g; Witamina B12: 5.13 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.15 g; suma cukrów prostych: 51.76 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; Magnez: 376.15 mg; Żelazo: 14.86 mg; Witamina A: 991.10 mg; Witamina B6: 1.86 mg; Witamina C: 40.69 mg; Witamina E: 7.66 mg; Sód: 2045.52 mg; Wapń: 1061.77 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Położnicza KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Naleśniki z serem 2 szt. 250g (1,2,3), Sos waniliowy 100ml* (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2716.72 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 84.76 g; Węglowodany ogółem: 373.40 g; Witamina B12: 6.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.20 g; suma cukrów prostych: 87.85 g; Błonnik pokarmowy: 31.35 g; Magnez: 434.61 mg; Żelazo: 16.61 mg; Witamina A: 1092.40 mg; Witamina B6: 2.06 mg; Witamina C: 45.73 mg; Witamina E: 8.54 mg; Sód: 2336.48 mg; Wapń: 1568.81 mg;

środa 2026-02-18 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)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, makaron z serem 300g (1,2,3)^, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2263.29 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 78.86 g; Węglowodany ogółem: 291.93 g; Witamina B12: 5.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.05 g; suma cukrów prostych: 69.17 g; Błonnik pokarmowy: 15.14 g; Magnez: 237.30 mg; Żelazo: 9.78 mg; Witamina A: 3345.30 mg; Witamina B6: 1.47 mg; Witamina C: 31.94 mg; Witamina E: 7.23 mg; Sód: 1859.81 mg; Wapń: 1144.61 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, makaron z serem 300g (1,2,3)^, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2263.29 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 78.86 g; Węglowodany ogółem: 291.93 g; Witamina B12: 5.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.05 g; suma cukrów prostych: 69.17 g; Błonnik pokarmowy: 15.14 g; Magnez: 237.30 mg; Żelazo: 9.78 mg; Witamina A: 3345.30 mg; Witamina B6: 1.47 mg; Witamina C: 31.94 mg; Witamina E: 7.23 mg; Sód: 1859.81 mg; Wapń: 1144.61 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa, wysokoenergetyczna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2),	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Naleśniki z serem 2 szt. 250g (1,2,3), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2681.88 kcal; Białko ogółem: 116.42 g; Tłuszcz: 89.92 g; Węglowodany ogółem: 352.41 g; Witamina B12: 6.14 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.30 g; suma cukrów prostych: 72.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.30 g; Magnez: 413.78 mg; Żelazo: 16.57 mg; Witamina A: 1144.20 mg; Witamina B6: 2.01 mg; Witamina C: 43.69 mg; Witamina E: 8.63 mg; Sód: 2614.65 mg; Wapń: 1431.64 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Geriatryczna KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Naleśniki z serem 2 szt. 250g (1,2,3), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2531.56 kcal; Białko ogółem: 111.14 g; Tłuszcz: 93.12 g; Węglowodany ogółem: 311.08 g; Witamina B12: 5.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.65 g; suma cukrów prostych: 56.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.15 g; Magnez: 395.31 mg; Żelazo: 16.31 mg; Witamina A: 1147.14 mg; Witamina B6: 1.82 mg; Witamina C: 32.74 mg; Witamina E: 8.78 mg; Sód: 2599.23 mg; Wapń: 1430.10 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Geriatryczna z ogr.łatwoprzysw. węglowod. KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Mandarynki 1por. , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), schab Grzegorza40g, jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Makaron razowy z serem b/c 300g (1,2)^, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.03 kcal; Białko ogółem: 111.62 g; Tłuszcz: 78.06 g; Węglowodany ogółem: 273.02 g; Witamina B12: 5.13 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.16 g; suma cukrów prostych: 57.28 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; Magnez: 386.35 mg; Żelazo: 15.04 mg; Witamina A: 1000.70 mg; Witamina B6: 1.90 mg; Witamina C: 59.17 mg; Witamina E: 7.78 mg; Sód: 2046.12 mg; Wapń: 1079.77 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Sonda, płynna KCO		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata 250g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2), brokuły z wody 120 g,	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2610.05 kcal; Białko ogółem: 127.79 g; Tłuszcz: 94.95 g; Węglowodany ogółem: 316.23 g; Witamina B12: 5.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.71 g; suma cukrów prostych: 80.15 g; Błonnik pokarmowy: 23.37 g; Magnez: 413.39 mg; Żelazo: 12.74 mg; Witamina A: 3297.15 mg; Witamina B6: 4.64 mg; Witamina C: 169.09 mg; Witamina E: 7.99 mg; Sód: 2580.68 mg; Wapń: 787.04 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., serek tartare 2 szt. (40g), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, makaron z serem 300g (1,2,3)^, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), szynka na kartki 50g*, szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.94 kcal; Białko ogółem: 109.70 g; Tłuszcz: 92.08 g; Węglowodany ogółem: 279.00 g; Witamina B12: 6.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.35 g; suma cukrów prostych: 68.51 g; Błonnik pokarmowy: 10.23 g; Magnez: 232.85 mg; Żelazo: 9.52 mg; Witamina A: 1802.80 mg; Witamina B6: 1.38 mg; Witamina C: 28.79 mg; Witamina E: 7.69 mg; Sód: 2549.71 mg; Wapń: 1210.16 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), schab Grzegorza 50g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), mandarynka 2szt,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , herbata 1 torebka, papryka św. 50g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2642.65 kcal; Białko ogółem: 128.06 g; Tłuszcz: 77.33 g; Węglowodany ogółem: 370.81 g; Witamina B12: 3.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.26 g; suma cukrów prostych: 64.00 g; Błonnik pokarmowy: 36.94 g; Magnez: 486.21 mg; Żelazo: 17.97 mg; Witamina A: 1295.20 mg; Witamina B6: 3.88 mg; Witamina C: 204.42 mg; Witamina E: 7.89 mg; Sód: 2982.89 mg; Wapń: 963.60 mg;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	selerowa z ryżem 400 ml (1,2,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), herbata 1 torebka, bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , rukola 10g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.31 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 71.38 g; Węglowodany ogółem: 336.96 g; Witamina B12: 3.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 86.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.56 g; Magnez: 355.62 mg; Żelazo: 11.09 mg; Witamina A: 889.10 mg; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 92.15 mg; Witamina E: 5.79 mg; Sód: 3783.69 mg; Wapń: 861.44 mg;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), mandarynka 2szt, serek tartare 20g (2), schab Grzegorza 50g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2360.05 kcal; Białko ogółem: 117.22 g; Tłuszcz: 80.39 g; Węglowodany ogółem: 307.52 g; Witamina B12: 3.13 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.27 g; suma cukrów prostych: 55.00 g; Błonnik pokarmowy: 34.41 g; Magnez: 462.71 mg; Żelazo: 17.27 mg; Witamina A: 1598.20 mg; Witamina B6: 3.77 mg; Witamina C: 202.42 mg; Witamina E: 8.58 mg; Sód: 2937.39 mg; Wapń: 814.10 mg;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Położnicza KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), schab Grzegorza 50g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), mandarynka 2szt,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , herbata 1 torebka, papryka św. 50g,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2755.45 kcal; Białko ogółem: 131.36 g; Tłuszcz: 78.68 g; Węglowodany ogółem: 392.41 g; Witamina B12: 3.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.83 g; suma cukrów prostych: 64.57 g; Błonnik pokarmowy: 37.51 g; Magnez: 486.21 mg; Żelazo: 17.97 mg; Witamina A: 1295.20 mg; Witamina B6: 3.88 mg; Witamina C: 204.42 mg; Witamina E: 7.89 mg; Sód: 2982.89 mg; Wapń: 963.60 mg;

czwartek 2026-02-19 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 , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	selerowa z ryżem 400 ml (1,2,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), herbata 1 torebka, bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , rukola 10g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.31 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 71.38 g; Węglowodany ogółem: 336.96 g; Witamina B12: 3.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 86.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.56 g; Magnez: 355.62 mg; Żelazo: 11.09 mg; Witamina A: 889.10 mg; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 92.15 mg; Witamina E: 5.79 mg; Sód: 3783.69 mg; Wapń: 861.44 mg;

czwartek 2026-02-19 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 , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	selerowa z ryżem 400 ml (1,2,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), herbata 1 torebka, bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , rukola 10g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.31 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 71.38 g; Węglowodany ogółem: 336.96 g; Witamina B12: 3.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 86.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.56 g; Magnez: 355.62 mg; Żelazo: 11.09 mg; Witamina A: 889.10 mg; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 92.15 mg; Witamina E: 5.79 mg; Sód: 3783.69 mg; Wapń: 861.44 mg;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa, wysokoenergetyczna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb graham 150g (1), schab Grzegorza 50g , twaróg krajanka 25g. (2)^, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), mandarynka 2szt,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , herbata 1 torebka, papryka św. 50g,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2667.15 kcal; Białko ogółem: 133.01 g; Tłuszcz: 77.46 g; Węglowodany ogółem: 371.68 g; Witamina B12: 3.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.33 g; suma cukrów prostych: 64.78 g; Błonnik pokarmowy: 36.94 g; Magnez: 488.46 mg; Żelazo: 18.02 mg; Witamina A: 1296.45 mg; Witamina B6: 3.90 mg; Witamina C: 204.42 mg; Witamina E: 7.89 mg; Sód: 2993.14 mg; Wapń: 987.60 mg;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Geriatryczna KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , Banan 1 szt, twarożek 50g(2)^, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , herbata 1 torebka, rukola 10g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2469.45 kcal; Białko ogółem: 121.84 g; Tłuszcz: 77.60 g; Węglowodany ogółem: 332.77 g; Witamina B12: 3.19 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.46 g; suma cukrów prostych: 81.18 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g; Magnez: 411.31 mg; Żelazo: 15.11 mg; Witamina A: 1011.50 mg; Witamina B6: 3.93 mg; Witamina C: 111.46 mg; Witamina E: 6.46 mg; Sód: 2497.19 mg; Wapń: 762.60 mg;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Geriatryczna z ogr.łatwoprzysw. węglowod. KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Banan 1 szt, serek tartare 20g (2), schab Grzegorza 50g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biskopki bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.05 kcal; Białko ogółem: 118.50 g; Tłuszcz: 80.75 g; Węglowodany ogółem: 341.08 g; Witamina B12: 3.13 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.48 g; suma cukrów prostych: 82.36 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g; Magnez: 508.31 mg; Żelazo: 17.71 mg; Witamina A: 1595.00 mg; Witamina B6: 4.40 mg; Witamina C: 183.46 mg; Witamina E: 8.88 mg; Sód: 2938.19 mg; Wapń: 790.10 mg;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Sonda, płynna KCO		
kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	selerowa z ryżem 400 ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, masło 20g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2181.34 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 112.01 g; Węglowodany ogółem: 194.85 g; Witamina B12: 5.68 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.00 g; suma cukrów prostych: 85.31 g; Błonnik pokarmowy: 16.48 g; Magnez: 269.94 mg; Żelazo: 8.20 mg; Witamina A: 5091.20 mg; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 51.47 mg; Witamina E: 8.40 mg; Sód: 2256.44 mg; Wapń: 1072.77 mg;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , Banan 1 szt, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	selerowa z ryżem 400 ml (1,2,8,13), Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), herbata 1 torebka, bułka wrocławska 100g (1)^, parówki z fileta indyka 2szt. , rukola 10g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2682.91 kcal; Białko ogółem: 111.11 g; Tłuszcz: 99.92 g; Węglowodany ogółem: 337.74 g; Witamina B12: 5.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.18 g; suma cukrów prostych: 86.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.62 g; Magnez: 372.42 mg; Żelazo: 13.95 mg; Witamina A: 1162.30 mg; Witamina B6: 3.28 mg; Witamina C: 92.15 mg; Witamina E: 6.73 mg; Sód: 4351.89 mg; Wapń: 913.84 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kakao b/cukru 300ml (1,2), mus warzywno-owocowy 100g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 250g, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), herbata 1 torebka, Pomidor 50g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2577.91 kcal; Białko ogółem: 103.06 g; Tłuszcz: 88.22 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; Witamina B12: 6.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.75 g; suma cukrów prostych: 59.82 g; Błonnik pokarmowy: 33.68 g; Magnez: 442.77 mg; Żelazo: 14.91 mg; Witamina A: 1395.94 mg; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 114.58 mg; Witamina E: 12.57 mg; Sód: 3594.48 mg; Wapń: 1177.60 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), mus warzywno-owocowy 100g, kakao b/c 300 ml (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.89 kcal; Białko ogółem: 100.13 g; Tłuszcz: 63.18 g; Węglowodany ogółem: 306.14 g; Witamina B12: 6.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 62.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g; Magnez: 374.07 mg; Żelazo: 11.75 mg; Witamina A: 3572.56 mg; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 103.25 mg; Witamina E: 8.47 mg; Sód: 2819.14 mg; Wapń: 1022.69 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), mus warzywno-owocowy 100g, Serek fromage 80g. 1 szt. (2), kakao b/c 300 ml (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1887.61 kcal; Białko ogółem: 98.78 g; Tłuszcz: 53.48 g; Węglowodany ogółem: 258.67 g; Witamina B12: 5.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.96 g; suma cukrów prostych: 48.68 g; Błonnik pokarmowy: 31.80 g; Magnez: 403.12 mg; Żelazo: 12.80 mg; Witamina A: 1514.36 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 119.42 mg; Witamina E: 6.67 mg; Sód: 3087.17 mg; Wapń: 912.97 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Położnicza KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kakao b/cukru 300ml (1,2), mus warzywno-owocowy 100g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 250g, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), herbata 1 torebka, Pomidor 50g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2627.91 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 90.22 g; Węglowodany ogółem: 345.72 g; Witamina B12: 6.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.94 g; suma cukrów prostych: 63.92 g; Błonnik pokarmowy: 33.68 g; Magnez: 452.77 mg; Żelazo: 15.01 mg; Witamina A: 1411.94 mg; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 114.58 mg; Witamina E: 12.60 mg; Sód: 3632.48 mg; Wapń: 1280.60 mg;

piątek 2026-02-20 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)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), mus warzywno-owocowy 100g, kakao b/c 300 ml (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.89 kcal; Białko ogółem: 100.13 g; Tłuszcz: 63.18 g; Węglowodany ogółem: 306.14 g; Witamina B12: 6.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 62.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g; Magnez: 374.07 mg; Żelazo: 11.75 mg; Witamina A: 3572.56 mg; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 103.25 mg; Witamina E: 8.47 mg; Sód: 2819.14 mg; Wapń: 1022.69 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), mus warzywno-owocowy 100g, kakao b/c 300 ml (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.89 kcal; Białko ogółem: 100.13 g; Tłuszcz: 63.18 g; Węglowodany ogółem: 306.14 g; Witamina B12: 6.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 62.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g; Magnez: 374.07 mg; Żelazo: 11.75 mg; Witamina A: 3572.56 mg; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 103.25 mg; Witamina E: 8.47 mg; Sód: 2819.14 mg; Wapń: 1022.69 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa, wysokoenergetyczna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 150g (2), kakao b/cukru 300ml (1,2), mus warzywno-owocowy 100g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 250g, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), herbata 1 torebka, Pomidor 50g,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2595.91 kcal; Białko ogółem: 112.86 g; Tłuszcz: 82.72 g; Węglowodany ogółem: 353.72 g; Witamina B12: 5.13 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.27 g; suma cukrów prostych: 72.72 g; Błonnik pokarmowy: 33.68 g; Magnez: 438.77 mg; Żelazo: 12.91 mg; Witamina A: 1158.94 mg; Witamina B6: 2.89 mg; Witamina C: 114.58 mg; Witamina E: 11.91 mg; Sód: 3493.48 mg; Wapń: 1215.60 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Geriatryczna KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Serek fromage 80g. 1 szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, dżem 25g - 1 szt., kakao b/cukru 300ml (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), jajko w sosie koperkowym 150g (1,2,3)^, ziemniaki 250g, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), herbata 1 torebka, Pomidor 50g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2221.56 kcal; Białko ogółem: 73.01 g; Tłuszcz: 76.72 g; Węglowodany ogółem: 311.03 g; Witamina B12: 4.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.30 g; suma cukrów prostych: 86.74 g; Błonnik pokarmowy: 22.03 g; Magnez: 254.47 mg; Żelazo: 9.88 mg; Witamina A: 1448.74 mg; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 123.73 mg; Witamina E: 6.31 mg; Sód: 3289.68 mg; Wapń: 965.84 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Geriatryczna z ogr.łatwoprzysw. węglowod. KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), mus warzywno-owocowy 100g, Serek fromage 80g. 1 szt. (2), kakao b/c 300 ml (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), jajko w sosie koperkowym 150g (1,2,3)^, ziemniaki 250g, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1938.95 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz: 65.79 g; Węglowodany ogółem: 260.74 g; Witamina B12: 4.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.33 g; suma cukrów prostych: 48.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.49 g; Magnez: 359.37 mg; Żelazo: 11.94 mg; Witamina A: 1348.36 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 113.63 mg; Witamina E: 6.07 mg; Sód: 3110.55 mg; Wapń: 952.32 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Sonda, płynna KCO		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, kakao 250ml (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, Masło 10g(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g, masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.06 kcal; Białko ogółem: 92.53 g; Tłuszcz: 117.91 g; Węglowodany ogółem: 190.32 g; Witamina B12: 5.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.12 g; suma cukrów prostych: 90.99 g; Błonnik pokarmowy: 17.35 g; Magnez: 326.91 mg; Żelazo: 9.86 mg; Witamina A: 4070.34 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 90.20 mg; Witamina E: 9.07 mg; Sód: 1890.15 mg; Wapń: 1037.59 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 150g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kakao b/c 300 ml (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Pomidor 50g, miód 1 szt.(25g), herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2305.79 kcal; Białko ogółem: 115.97 g; Tłuszcz: 57.83 g; Węglowodany ogółem: 339.64 g; Witamina B12: 5.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.62 g; suma cukrów prostych: 95.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g; Magnez: 374.02 mg; Żelazo: 10.03 mg; Witamina A: 3337.06 mg; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 103.60 mg; Witamina E: 7.81 mg; Sód: 2732.19 mg; Wapń: 1090.74 mg;

Dietetyk

.....