

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), schab Grzegorza 50g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , herbata 1 torebka, ogórek kisz 50g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2540.74 kcal; Białko ogółem: 111.88 g; Tłuszcz: 77.64 g; Węglowodany ogółem: 353.07 g; Witamina B12: 7.40 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.99 g; suma cukrów prostych: 63.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g; Magnez: 397.91 mg; Żelazo: 12.28 mg; Witamina A: 634.81 mg; Witamina B6: 3.11 mg; Witamina C: 95.48 mg; Witamina E: 7.96 mg; Sód: 3730.33 mg; Wapń: 859.33 mg;

czwartek 2026-01-01 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 ziemniakami - 400 (1,2,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	masło 15g*(2), herbata 1 torebka, bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , rukola 10g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.82 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 80.77 g; Węglowodany ogółem: 325.87 g; Witamina B12: 8.14 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.43 g; suma cukrów prostych: 84.06 g; Błonnik pokarmowy: 20.26 g; Magnez: 363.37 mg; Żelazo: 10.19 mg; Witamina A: 618.45 mg; Witamina B6: 3.47 mg; Witamina C: 88.80 mg; Witamina E: 8.20 mg; Sód: 3214.54 mg; Wapń: 827.15 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 50g(2), schab Grzegorza 50g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kisz 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2192.84 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 74.50 g; Węglowodany ogółem: 285.62 g; Witamina B12: 7.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.08 g; suma cukrów prostych: 51.22 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; Magnez: 420.41 mg; Żelazo: 12.98 mg; Witamina A: 578.31 mg; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 93.48 mg; Witamina E: 8.14 mg; Sód: 3373.83 mg; Wapń: 710.33 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), schab Grzegorza 50g , Banan 1 szt, twaróg krajanka 50g(2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Selerowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	masło 15g*(2), herbata 1 torebka, bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , rukola 10g,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2562.62 kcal; Białko ogółem: 116.11 g; Tłuszcz: 82.37 g; Węglowodany ogółem: 349.22 g; Witamina B12: 8.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.14 g; suma cukrów prostych: 86.18 g; Błonnik pokarmowy: 20.83 g; Magnez: 367.87 mg; Żelazo: 10.29 mg; Witamina A: 620.95 mg; Witamina B6: 3.51 mg; Witamina C: 88.80 mg; Witamina E: 8.20 mg; Sód: 3235.04 mg; Wapń: 875.15 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Selerowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	masło 15g*(2), herbata 1 torebka, bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , rukola 10g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.82 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 80.77 g; Węglowodany ogółem: 325.87 g; Witamina B12: 8.14 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.43 g; suma cukrów prostych: 84.06 g; Błonnik pokarmowy: 20.26 g; Magnez: 363.37 mg; Żelazo: 10.19 mg; Witamina A: 618.45 mg; Witamina B6: 3.47 mg; Witamina C: 88.80 mg; Witamina E: 8.20 mg; Sód: 3214.54 mg; Wapń: 827.15 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Selerowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	masło 15g*(2), herbata 1 torebka, bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , rukola 10g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.82 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 80.77 g; Węglowodany ogółem: 325.87 g; Witamina B12: 8.14 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.43 g; suma cukrów prostych: 84.06 g; Błonnik pokarmowy: 20.26 g; Magnez: 363.37 mg; Żelazo: 10.19 mg; Witamina A: 618.45 mg; Witamina B6: 3.47 mg; Witamina C: 88.80 mg; Witamina E: 8.20 mg; Sód: 3214.54 mg; Wapń: 827.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), schab Grzegorza 50g , twaróg krajanka 50g(2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , herbata 1 torebka, ogórek kisz 50g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2589.74 kcal; Białko ogółem: 121.78 g; Tłuszcz: 77.89 g; Węglowodany ogółem: 354.82 g; Witamina B12: 7.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.13 g; suma cukrów prostych: 64.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g; Magnez: 402.41 mg; Żelazo: 12.38 mg; Witamina A: 637.31 mg; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 95.48 mg; Witamina E: 7.97 mg; Sód: 3750.83 mg; Wapń: 907.33 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , Banan 1 szt, twaróg krajanka 50g(2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , herbata 1 torebka, ogórek kisz 50g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.04 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 78.55 g; Węglowodany ogółem: 308.67 g; Witamina B12: 8.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.25 g; suma cukrów prostych: 77.70 g; Błonnik pokarmowy: 20.32 g; Magnez: 393.91 mg; Żelazo: 11.13 mg; Witamina A: 628.31 mg; Witamina B6: 3.52 mg; Witamina C: 97.68 mg; Witamina E: 8.10 mg; Sód: 3308.83 mg; Wapń: 702.33 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Banan 1 szt, twaróg krajanka 50g(2), schab Grzegorza 50g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kisz 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2311.84 kcal; Białko ogółem: 110.48 g; Tłuszcz: 74.50 g; Węglowodany ogółem: 314.47 g; Witamina B12: 7.00 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.26 g; suma cukrów prostych: 75.07 g; Błonnik pokarmowy: 30.09 g; Magnez: 481.91 mg; Żelazo: 13.33 mg; Witamina A: 588.31 mg; Witamina B6: 3.76 mg; Witamina C: 97.68 mg; Witamina E: 7.94 mg; Sód: 3372.83 mg; Wapń: 716.33 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 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]: 2279.44 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 120.79 g; Węglowodany ogółem: 192.80 g; Witamina B12: 2.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.59 g; suma cukrów prostych: 86.96 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g; Magnez: 304.04 mg; Żelazo: 9.25 mg; Witamina A: 5163.40 mg; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 66.62 mg; Witamina E: 8.77 mg; Sód: 1077.42 mg; Wapń: 1107.44 mg;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab Grzegorza 50g , Banan 1 szt, twaróg krajanka 50g(2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Selerowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	masło 15g*(2), herbata 1 torebka, bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , rukola 10g, szynka na kartki 50g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2505.32 kcal; Białko ogółem: 122.81 g; Tłuszcz: 82.47 g; Węglowodany ogółem: 328.12 g; Witamina B12: 8.29 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.37 g; suma cukrów prostych: 85.61 g; Błonnik pokarmowy: 20.26 g; Magnez: 367.87 mg; Żelazo: 10.29 mg; Witamina A: 620.95 mg; Witamina B6: 3.51 mg; Witamina C: 88.80 mg; Witamina E: 8.20 mg; Sód: 3235.04 mg; Wapń: 875.15 mg;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kakao b/cukru 300ml (1,2), mus warzywno-owocowy 100g,	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, 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]: 2722.53 kcal; Białko ogółem: 110.39 g; Tłuszcz: 90.80 g; Węglowodany ogółem: 361.97 g; Witamina B12: 6.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.74 g; suma cukrów prostych: 60.44 g; Błonnik pokarmowy: 32.88 g; Magnez: 397.85 mg; Żelazo: 13.80 mg; Witamina A: 1453.87 mg; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 100.83 mg; Witamina E: 12.38 mg; Sód: 3520.13 mg; Wapń: 1175.84 mg;

piątek 2026-01-02 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),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw dieta 150 g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2174.66 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 63.56 g; Węglowodany ogółem: 299.34 g; Witamina B12: 6.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.29 g; suma cukrów prostych: 61.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; Magnez: 369.70 mg; Żelazo: 11.95 mg; Witamina A: 2072.59 mg; Witamina B6: 2.50 mg; Witamina C: 132.23 mg; Witamina E: 8.29 mg; Sód: 2660.99 mg; Wapń: 1037.08 mg;

piątek 2026-01-02 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),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, 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]: 1940.83 kcal; Białko ogółem: 103.31 g; Tłuszcz: 56.94 g; Węglowodany ogółem: 259.17 g; Witamina B12: 5.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.45 g; suma cukrów prostych: 51.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; Magnez: 396.50 mg; Żelazo: 12.69 mg; Witamina A: 1580.29 mg; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 105.67 mg; Witamina E: 6.82 mg; Sód: 2993.72 mg; Wapń: 967.21 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), mus warzywno-owocowy 100g, kakao b/c 300 ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw dieta 150 g, Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 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]: 2249.66 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 66.56 g; Węglowodany ogółem: 306.39 g; Witamina B12: 6.65 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.08 g; suma cukrów prostych: 67.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; Magnez: 384.70 mg; Żelazo: 12.10 mg; Witamina A: 2096.59 mg; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 132.23 mg; Witamina E: 8.34 mg; Sód: 2717.99 mg; Wapń: 1191.58 mg;

piątek 2026-01-02 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),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw dieta 150 g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2174.66 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 63.56 g; Węglowodany ogółem: 299.34 g; Witamina B12: 6.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.29 g; suma cukrów prostych: 61.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; Magnez: 369.70 mg; Żelazo: 11.95 mg; Witamina A: 2072.59 mg; Witamina B6: 2.50 mg; Witamina C: 132.23 mg; Witamina E: 8.29 mg; Sód: 2660.99 mg; Wapń: 1037.08 mg;

piątek 2026-01-02 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),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw dieta 150 g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2174.66 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 63.56 g; Węglowodany ogółem: 299.34 g; Witamina B12: 6.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.29 g; suma cukrów prostych: 61.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; Magnez: 369.70 mg; Żelazo: 11.95 mg; Witamina A: 2072.59 mg; Witamina B6: 2.50 mg; Witamina C: 132.23 mg; Witamina E: 8.29 mg; Sód: 2660.99 mg; Wapń: 1037.08 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Serek waniliowy 1szt. 150g (2), kakao b/cukru 300ml (1,2), mus warzywno-owocowy 100g,	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, 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]: 2740.53 kcal; Białko ogółem: 120.19 g; Tłuszcz: 85.30 g; Węglowodany ogółem: 374.67 g; Witamina B12: 5.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.26 g; suma cukrów prostych: 73.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.88 g; Magnez: 393.85 mg; Żelazo: 11.80 mg; Witamina A: 1216.87 mg; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 100.83 mg; Witamina E: 11.72 mg; Sód: 3419.13 mg; Wapń: 1213.84 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kakao b/cukru 300ml (1,2), mus warzywno-owocowy 100g,	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, jajko w sosie koperkowym 150g (1,2,3)^, ziemniaki 250g, surówka z kap.kiszanej 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]: 2158.38 kcal; Białko ogółem: 66.70 g; Tłuszcz: 88.28 g; Węglowodany ogółem: 269.18 g; Witamina B12: 7.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.96 g; suma cukrów prostych: 48.00 g; Błonnik pokarmowy: 20.26 g; Magnez: 242.65 mg; Żelazo: 11.46 mg; Witamina A: 1773.67 mg; Witamina B6: 2.00 mg; Witamina C: 98.58 mg; Witamina E: 7.11 mg; Sód: 3284.43 mg; Wapń: 925.78 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria 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),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, jajko w sosie koperkowym 150g (1,2,3)^, ziemniaki 250g, surówka z kap.kiszanej 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]: 1992.17 kcal; Białko ogółem: 85.75 g; Tłuszcz: 69.25 g; Węglowodany ogółem: 261.24 g; Witamina B12: 5.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.83 g; suma cukrów prostych: 51.33 g; Błonnik pokarmowy: 29.52 g; Magnez: 352.75 mg; Żelazo: 11.83 mg; Witamina A: 1414.29 mg; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 99.88 mg; Witamina E: 6.22 mg; Sód: 3017.10 mg; Wapń: 1006.56 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, kakao 250ml (1,2), jogurt owocowy 150g 1szt. (2),	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 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]: 2221.46 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 126.51 g; Węglowodany ogółem: 173.50 g; Witamina B12: 2.12 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 60.44 g; suma cukrów prostych: 98.95 g; Błonnik pokarmowy: 16.88 g; Magnez: 327.30 mg; Żelazo: 10.44 mg; Witamina A: 4382.34 mg; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 100.58 mg; Witamina E: 10.30 mg; Sód: 911.52 mg; Wapń: 1036.43 mg;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Serek waniliowy 1szt. 150g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kakao b/c 300 ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw dieta 150 g, 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]: 2301.56 kcal; Białko ogółem: 120.08 g; Tłuszcz: 58.21 g; Węglowodany ogółem: 332.84 g; Witamina B12: 6.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.90 g; suma cukrów prostych: 94.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; Magnez: 369.65 mg; Żelazo: 10.24 mg; Witamina A: 1837.09 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 132.58 mg; Witamina E: 7.64 mg; Sód: 2574.04 mg; Wapń: 1105.13 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), szynka na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), mandarynki 1por. ,	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,2,13), kasza gryczana 200g, surówka meksykańska 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), herbata 1 torebka, Ogórek konserwowy 50g* (11),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2340.31 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 72.64 g; Węglowodany ogółem: 308.25 g; Witamina B12: 11.49 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.64 g; suma cukrów prostych: 52.24 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g; Magnez: 385.85 mg; Żelazo: 10.36 mg; Witamina A: 1326.83 mg; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 126.73 mg; Witamina E: 10.03 mg; Sód: 5366.63 mg; Wapń: 943.39 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,2,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2144.50 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 76.36 g; Węglowodany ogółem: 265.11 g; Witamina B12: 11.21 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.25 g; suma cukrów prostych: 53.03 g; Błonnik pokarmowy: 20.30 g; Magnez: 260.30 mg; Żelazo: 8.15 mg; Witamina A: 3001.00 mg; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 55.33 mg; Witamina E: 8.75 mg; Sód: 4443.45 mg; Wapń: 831.19 mg;

sobota 2026-01-03 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, ser capresi 40g (2), szynka na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,2,13), Kasza gryczana 200 g, surówka meksykańska 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ogórek konserwowy 50g* (11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: wafle ryżowe 30g(9),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2123.11 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tłuszcz: 78.19 g; Węglowodany ogółem: 252.60 g; Witamina B12: 11.97 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; suma cukrów prostych: 45.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.62 g; Magnez: 397.05 mg; Żelazo: 10.71 mg; Witamina A: 1351.03 mg; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 125.25 mg; Witamina E: 10.25 mg; Sód: 5374.53 mg; Wapń: 877.69 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), szpinak 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: wafle ryżowe 30g(9),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.50 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 289.41 g; Witamina B12: 11.21 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.25 g; suma cukrów prostych: 53.03 g; Błonnik pokarmowy: 21.20 g; Magnez: 260.30 mg; Żelazo: 8.15 mg; Witamina A: 3001.00 mg; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 55.33 mg; Witamina E: 8.75 mg; Sód: 4443.45 mg; Wapń: 831.19 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2144.50 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 76.36 g; Węglowodany ogółem: 265.11 g; Witamina B12: 11.21 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.25 g; suma cukrów prostych: 53.03 g; Błonnik pokarmowy: 20.30 g; Magnez: 260.30 mg; Żelazo: 8.15 mg; Witamina A: 3001.00 mg; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 55.33 mg; Witamina E: 8.75 mg; Sód: 4443.45 mg; Wapń: 831.19 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,2,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2144.50 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 76.36 g; Węglowodany ogółem: 265.11 g; Witamina B12: 11.21 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.25 g; suma cukrów prostych: 53.03 g; Błonnik pokarmowy: 20.30 g; Magnez: 260.30 mg; Żelazo: 8.15 mg; Witamina A: 3001.00 mg; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 55.33 mg; Witamina E: 8.75 mg; Sód: 4443.45 mg; Wapń: 831.19 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), szynka na kartki 50g*, mandarynki 1por. , ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,2,13), kasza gryczana 200g, surówka meksykańska 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), herbata 1 torebka, Ogórek konserwowy 50g* (11),
--	---	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.51 kcal; Białko ogółem: 126.23 g; Tłuszcz: 81.84 g; Węglowodany ogółem: 308.33 g; Witamina B12: 12.46 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.12 g; suma cukrów prostych: 52.28 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g; Magnez: 394.65 mg; Żelazo: 10.56 mg; Witamina A: 1419.63 mg; Witamina B6: 2.70 mg; Witamina C: 126.73 mg; Witamina E: 10.23 mg; Sód: 5753.03 mg; Wapń: 1097.79 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, mandarynki 1por. , ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), kasza gryczana 200g, surówka meksykańska 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), herbata 1 torebka, Ogórek konserwowy 50g* (11),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2080.11 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 82.65 g; Węglowodany ogółem: 234.02 g; Witamina B12: 13.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.01 g; suma cukrów prostych: 41.95 g; Błonnik pokarmowy: 16.98 g; Magnez: 319.25 mg; Żelazo: 8.69 mg; Witamina A: 1400.63 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 124.73 mg; Witamina E: 10.53 mg; Sód: 5311.13 mg; Wapń: 881.69 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), mus warzywno-owocowy 100g, ser capresi 40g (2), szynka na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Kasza gryczana 200 g, surówka meksykańska 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ogórek konserwowy 50g* (11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: wafle ryżowe 30g(9),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2123.11 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tłuszcz: 78.19 g; Węglowodany ogółem: 252.60 g; Witamina B12: 11.97 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; suma cukrów prostych: 45.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.62 g; Magnez: 397.05 mg; Żelazo: 10.71 mg; Witamina A: 1351.03 mg; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 125.25 mg; Witamina E: 10.25 mg; Sód: 5374.53 mg; Wapń: 877.69 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, masło 20g* (2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, masło 20g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, masło 20g* (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13),
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.94 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz: 145.81 g; Węglowodany ogółem: 189.04 g; Witamina B12: 4.64 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 71.82 g; suma cukrów prostych: 66.49 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g; Magnez: 325.34 mg; Żelazo: 10.41 mg; Witamina A: 4481.75 mg; Witamina B6: 3.34 mg; Witamina C: 72.65 mg; Witamina E: 9.48 mg; Sód: 2708.14 mg; Wapń: 881.11 mg;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, mus warzywno-owocowy 100g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,2,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), szpinak 10g, herbata 1 torebka, twaróg krajanka 50g(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2310.70 kcal; Białko ogółem: 124.00 g; Tłuszcz: 85.81 g; Węglowodany ogółem: 266.94 g; Witamina B12: 12.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.88 g; suma cukrów prostych: 54.62 g; Błonnik pokarmowy: 20.30 g; Magnez: 273.60 mg; Żelazo: 8.45 mg; Witamina A: 3096.30 mg; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 55.33 mg; Witamina E: 8.95 mg; Sód: 4850.35 mg; Wapń: 1033.59 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g m (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, Brukselka gotowana na parze 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, papryka św. 50g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2338.75 kcal; Białko ogółem: 111.77 g; Tłuszcz: 73.27 g; Węglowodany ogółem: 308.75 g; Witamina B12: 4.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.36 g; suma cukrów prostych: 53.99 g; Błonnik pokarmowy: 31.35 g; Magnez: 325.97 mg; Żelazo: 11.68 mg; Witamina A: 1266.05 mg; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 205.86 mg; Witamina E: 7.67 mg; Sód: 1801.19 mg; Wapń: 906.09 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, szpinak gotowany 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2120.95 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 78.57 g; Węglowodany ogółem: 254.05 g; Witamina B12: 4.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 46.41 g; Błonnik pokarmowy: 19.64 g; Magnez: 307.77 mg; Żelazo: 12.00 mg; Witamina A: 1916.90 mg; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 127.02 mg; Witamina E: 8.17 mg; Sód: 1827.44 mg; Wapń: 896.58 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. , serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), kakao b/c 300 ml (1,2),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Brukselka gotowana na parze 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1958.27 kcal; Białko ogółem: 108.22 g; Tłuszcz: 64.94 g; Węglowodany ogółem: 245.00 g; Witamina B12: 3.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.81 g; suma cukrów prostych: 61.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g; Magnez: 364.08 mg; Żelazo: 11.06 mg; Witamina A: 1123.18 mg; Witamina B6: 3.00 mg; Witamina C: 214.82 mg; Witamina E: 7.63 mg; Sód: 1609.59 mg; Wapń: 771.78 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, szpinak gotowany 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, rukola 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2196.40 kcal; Białko ogółem: 102.33 g; Tłuszcz: 79.93 g; Węglowodany ogółem: 262.23 g; Witamina B12: 4.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.89 g; suma cukrów prostych: 54.59 g; Błonnik pokarmowy: 20.73 g; Magnez: 318.68 mg; Żelazo: 12.45 mg; Witamina A: 2068.72 mg; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 137.93 mg; Witamina E: 8.60 mg; Sód: 2111.08 mg; Wapń: 911.13 mg;

niedziela 2026-01-04 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)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, szpinak gotowany 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2120.95 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 78.57 g; Węglowodany ogółem: 254.05 g; Witamina B12: 4.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 46.41 g; Błonnik pokarmowy: 19.64 g; Magnez: 307.77 mg; Żelazo: 12.00 mg; Witamina A: 1916.90 mg; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 127.02 mg; Witamina E: 8.17 mg; Sód: 1827.44 mg; Wapń: 896.58 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, szpinak gotowany 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, rukola 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2120.95 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 78.57 g; Węglowodany ogółem: 254.05 g; Witamina B12: 4.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 46.41 g; Błonnik pokarmowy: 19.64 g; Magnez: 307.77 mg; Żelazo: 12.00 mg; Witamina A: 1916.90 mg; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 127.02 mg; Witamina E: 8.17 mg; Sód: 1827.44 mg; Wapń: 896.58 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienne na mleku 350g m (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Serek waniliowy 1szt. 150g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, Brukselka gotowana na parze 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, papryka św. 50g,
---	---	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.75 kcal; Białko ogółem: 121.57 g; Tłuszcz: 67.77 g; Węglowodany ogółem: 321.45 g; Witamina B12: 3.79 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.88 g; suma cukrów prostych: 66.89 g; Błonnik pokarmowy: 31.35 g; Magnez: 321.97 mg; Żelazo: 9.68 mg; Witamina A: 1029.05 mg; Witamina B6: 2.96 mg; Witamina C: 205.86 mg; Witamina E: 7.01 mg; Sód: 1700.19 mg; Wapń: 944.09 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g m (1,2), bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, Brukselka gotowana na parze 120g, Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, papryka św. 50g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2158.75 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 78.47 g; Węglowodany ogółem: 265.95 g; Witamina B12: 4.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.68 g; suma cukrów prostych: 54.19 g; Błonnik pokarmowy: 22.35 g; Magnez: 274.97 mg; Żelazo: 10.28 mg; Witamina A: 1306.05 mg; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 205.86 mg; Witamina E: 8.18 mg; Sód: 1432.19 mg; Wapń: 885.09 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), jabłko deserowe 1 szt. , serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Brukselka gotowana na parze 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1929.20 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 63.68 g; Węglowodany ogółem: 242.01 g; Witamina B12: 2.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.07 g; suma cukrów prostych: 60.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.47 g; Magnez: 347.88 mg; Żelazo: 10.71 mg; Witamina A: 1115.62 mg; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 214.52 mg; Witamina E: 7.59 mg; Sód: 1595.58 mg; Wapń: 731.64 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), jogurt owocowy 150g 1szt. (2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, masło 20g* (2), Szpinak gotowany 120g(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*,
	Podwieczorek: Pomidorowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.44 kcal; Białko ogółem: 127.30 g; Tłuszcz: 133.49 g; Węglowodany ogółem: 177.08 g; Witamina B12: 5.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 61.23 g; suma cukrów prostych: 74.09 g; Błonnik pokarmowy: 16.86 g; Magnez: 321.69 mg; Żelazo: 12.01 mg; Witamina A: 3318.36 mg; Witamina B6: 3.14 mg; Witamina C: 112.55 mg; Witamina E: 10.39 mg; Sód: 1579.31 mg; Wapń: 794.97 mg;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Serek waniliowy 1szt. 150g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, szpinak gotowany 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, rukola 10g, herbata 1 torebka, Szynka Ojca Grzegorza 50g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2197.95 kcal; Białko ogółem: 119.05 g; Tłuszcz: 75.12 g; Węglowodany ogółem: 267.25 g; Witamina B12: 3.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.01 g; suma cukrów prostych: 59.31 g; Błonnik pokarmowy: 19.64 g; Magnez: 310.77 mg; Żelazo: 10.45 mg; Witamina A: 1679.90 mg; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 127.02 mg; Witamina E: 7.61 mg; Sód: 2067.44 mg; Wapń: 937.08 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), twaróg krajanka 50g(2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomarańcza 1 szt, rukola 10g,	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml(1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , herbata 1 torebka, Pomidor 50g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2455.03 kcal; Białko ogółem: 91.93 g; Tłuszcz: 69.67 g; Węglowodany ogółem: 368.67 g; Witamina B12: 2.97 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.63 g; suma cukrów prostych: 73.84 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g; Magnez: 326.15 mg; Żelazo: 12.05 mg; Witamina A: 721.70 mg; Witamina B6: 1.81 mg; Witamina C: 104.48 mg; Witamina E: 5.76 mg; Sód: 1998.32 mg; Wapń: 949.37 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor 100g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2071.54 kcal; Białko ogółem: 64.13 g; Tłuszcz: 70.72 g; Węglowodany ogółem: 296.57 g; Witamina B12: 4.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.49 g; suma cukrów prostych: 75.74 g; Błonnik pokarmowy: 16.17 g; Magnez: 168.30 mg; Żelazo: 6.68 mg; Witamina A: 797.40 mg; Witamina B6: 1.07 mg; Witamina C: 73.98 mg; Witamina E: 6.39 mg; Sód: 1779.46 mg; Wapń: 820.61 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), pomarańcza 1 szt, twaróg krajanka 50g(2), schab Grzegorza 50g , rukola 10g, kakao b/c 300 ml (1,2),	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml(1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor 100g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2263.70 kcal; Białko ogółem: 128.50 g; Tłuszcz: 71.95 g; Węglowodany ogółem: 285.90 g; Witamina B12: 2.82 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.05 g; suma cukrów prostych: 51.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g; Magnez: 371.65 mg; Żelazo: 13.07 mg; Witamina A: 717.76 mg; Witamina B6: 1.91 mg; Witamina C: 108.79 mg; Witamina E: 6.70 mg; Sód: 1697.63 mg; Wapń: 934.61 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor 100g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkoty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2184.34 kcal; Białko ogółem: 67.43 g; Tłuszcz: 72.07 g; Węglowodany ogółem: 318.17 g; Witamina B12: 4.49 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.06 g; suma cukrów prostych: 76.31 g; Błonnik pokarmowy: 16.74 g; Magnez: 168.30 mg; Żelazo: 6.68 mg; Witamina A: 797.40 mg; Witamina B6: 1.07 mg; Witamina C: 73.98 mg; Witamina E: 6.39 mg; Sód: 1779.46 mg; Wapń: 820.61 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor 100g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2071.54 kcal; Białko ogółem: 64.13 g; Tłuszcz: 70.72 g; Węglowodany ogółem: 296.57 g; Witamina B12: 4.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.49 g; suma cukrów prostych: 75.74 g; Błonnik pokarmowy: 16.17 g; Magnez: 168.30 mg; Żelazo: 6.68 mg; Witamina A: 797.40 mg; Witamina B6: 1.07 mg; Witamina C: 73.98 mg; Witamina E: 6.39 mg; Sód: 1779.46 mg; Wapń: 820.61 mg;

poniedziałek 2026-01-05 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), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor 100g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2071.54 kcal; Białko ogółem: 64.13 g; Tłuszcz: 70.72 g; Węglowodany ogółem: 296.57 g; Witamina B12: 4.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.49 g; suma cukrów prostych: 75.74 g; Błonnik pokarmowy: 16.17 g; Magnez: 168.30 mg; Żelazo: 6.68 mg; Witamina A: 797.40 mg; Witamina B6: 1.07 mg; Witamina C: 73.98 mg; Witamina E: 6.39 mg; Sód: 1779.46 mg; Wapń: 820.61 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), twaróg krajanka 50g(2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomarańcza 1 szt, rukola 10g, schab Grzegorza 50g ,	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml(1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , herbata 1 torebka, Pomidor 50g,
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2511.53 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 71.22 g; Węglowodany ogółem: 369.22 g; Witamina B12: 3.07 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.38 g; suma cukrów prostych: 73.84 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g; Magnez: 326.15 mg; Żelazo: 12.05 mg; Witamina A: 721.70 mg; Witamina B6: 1.81 mg; Witamina C: 104.48 mg; Witamina E: 5.76 mg; Sód: 1998.32 mg; Wapń: 949.37 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), pomarańcza 1 szt, schab Grzegorza 50g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml(1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , herbata 1 torebka, Pomidor 50g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.53 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 76.42 g; Węglowodany ogółem: 326.42 g; Witamina B12: 4.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.70 g; suma cukrów prostych: 74.04 g; Błonnik pokarmowy: 21.12 g; Magnez: 275.15 mg; Żelazo: 10.65 mg; Witamina A: 761.70 mg; Witamina B6: 1.59 mg; Witamina C: 104.48 mg; Witamina E: 6.27 mg; Sód: 1629.32 mg; Wapń: 928.37 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), pomarańcza 1 szt, twaróg krajanka 50g(2), schab Grzegorza 50g , kakao b/c 300 ml (1,2),	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml(1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor 100g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2263.70 kcal; Białko ogółem: 128.50 g; Tłuszcz: 71.95 g; Węglowodany ogółem: 285.90 g; Witamina B12: 2.82 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.05 g; suma cukrów prostych: 51.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g; Magnez: 371.65 mg; Żelazo: 13.07 mg; Witamina A: 717.76 mg; Witamina B6: 1.91 mg; Witamina C: 108.79 mg; Witamina E: 6.70 mg; Sód: 1697.63 mg; Wapń: 934.61 mg;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, masło 10g - 1 szt. (2),	Herbata z cukrem 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2607.87 kcal; Białko ogółem: 136.64 g; Tłuszcz: 128.73 g; Węglowodany ogółem: 231.39 g; Witamina B12: 3.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.21 g; suma cukrów prostych: 101.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.40 g; Magnez: 380.39 mg; Żelazo: 12.39 mg; Witamina A: 4119.80 mg; Witamina B6: 3.83 mg; Witamina C: 114.55 mg; Witamina E: 9.24 mg; Sód: 2222.88 mg; Wapń: 1132.39 mg;

poniedziałek 2026-01-05 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), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, schab Grzegorza 50g ,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor 100g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2128.04 kcal; Białko ogółem: 74.13 g; Tłuszcz: 72.27 g; Węglowodany ogółem: 297.12 g; Witamina B12: 4.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.24 g; suma cukrów prostych: 75.74 g; Błonnik pokarmowy: 16.17 g; Magnez: 168.30 mg; Żelazo: 6.68 mg; Witamina A: 797.40 mg; Witamina B6: 1.07 mg; Witamina C: 73.98 mg; Witamina E: 6.39 mg; Sód: 1779.46 mg; Wapń: 820.61 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Mandarynki 1por. ,	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki 250g, sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2529.55 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 80.48 g; Węglowodany ogółem: 349.72 g; Witamina B12: 3.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.61 g; suma cukrów prostych: 56.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.94 g; Magnez: 390.05 mg; Żelazo: 12.32 mg; Witamina A: 1146.70 mg; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 234.68 mg; Witamina E: 14.98 mg; Sód: 2725.00 mg; Wapń: 993.68 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g,	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, schab got. w sosie własnym 100g(1,2), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.80 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 65.70 g; Węglowodany ogółem: 298.44 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.16 g; suma cukrów prostych: 56.40 g; Błonnik pokarmowy: 23.53 g; Magnez: 316.45 mg; Żelazo: 9.66 mg; Witamina A: 3241.45 mg; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 80.95 mg; Witamina E: 7.76 mg; Sód: 1750.75 mg; Wapń: 915.04 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Mandarynki 1por. , Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), filet zapiekany z indyka 30g (11,13), rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, schab got. w sosie własnym 100g(1,2), ziemniaki 250g, sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1862.25 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 54.83 g; Węglowodany ogółem: 253.53 g; Witamina B12: 2.65 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.09 g; suma cukrów prostych: 48.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.47 g; Magnez: 368.36 mg; Żelazo: 11.56 mg; Witamina A: 1293.87 mg; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 244.68 mg; Witamina E: 10.29 mg; Sód: 2114.89 mg; Wapń: 733.73 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g,	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, schab got. w sosie własnym 100g(1,2), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), roszponka 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2219.25 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz: 67.06 g; Węglowodany ogółem: 306.62 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.43 g; suma cukrów prostych: 64.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.62 g; Magnez: 327.36 mg; Żelazo: 10.12 mg; Witamina A: 3393.27 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 91.85 mg; Witamina E: 8.20 mg; Sód: 2034.39 mg; Wapń: 929.59 mg;

wtorek 2026-01-06 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)^, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g,	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, schab got. w sosie własnym 100g(1,2), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.80 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 65.70 g; Węglowodany ogółem: 298.44 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.16 g; suma cukrów prostych: 56.40 g; Błonnik pokarmowy: 23.53 g; Magnez: 316.45 mg; Żelazo: 9.66 mg; Witamina A: 3241.45 mg; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 80.95 mg; Witamina E: 7.76 mg; Sód: 1750.75 mg; Wapń: 915.04 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g,	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, schab got. w sosie własnym 100g(1,2), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.80 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 65.70 g; Węglowodany ogółem: 298.44 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.16 g; suma cukrów prostych: 56.40 g; Błonnik pokarmowy: 23.53 g; Magnez: 316.45 mg; Żelazo: 9.66 mg; Witamina A: 3241.45 mg; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 80.95 mg; Witamina E: 7.76 mg; Sód: 1750.75 mg; Wapń: 915.04 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Mandarynki 1por. ,	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki 250g, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
---	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2669.55 kcal; Białko ogółem: 113.29 g; Tłuszcz: 90.18 g; Węglowodany ogółem: 350.32 g; Witamina B12: 5.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.61 g; suma cukrów prostych: 56.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.94 g; Magnez: 402.05 mg; Żelazo: 14.52 mg; Witamina A: 1418.70 mg; Witamina B6: 3.28 mg; Witamina C: 234.68 mg; Witamina E: 15.71 mg; Sód: 2866.00 mg; Wapń: 1040.68 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Mandarynki 1por. , filet zapiekany z indyka 30g (11,13),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki 250g, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2326.15 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 73.65 g; Węglowodany ogółem: 318.16 g; Witamina B12: 2.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.26 g; suma cukrów prostych: 42.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g; Magnez: 326.35 mg; Żelazo: 10.90 mg; Witamina A: 1075.20 mg; Witamina B6: 3.02 mg; Witamina C: 232.18 mg; Witamina E: 14.23 mg; Sód: 2629.00 mg; Wapń: 727.48 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Mandarynki 1por. , Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), filet zapiekany z indyka 30g (11,13), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, schab got. w sosie własnym 100g(1,2), ziemniaki 250g, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1862.25 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 54.83 g; Węglowodany ogółem: 253.53 g; Witamina B12: 2.65 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.09 g; suma cukrów prostych: 48.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.47 g; Magnez: 368.36 mg; Żelazo: 11.56 mg; Witamina A: 1293.87 mg; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 244.68 mg; Witamina E: 10.29 mg; Sód: 2114.89 mg; Wapń: 733.73 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,
	Podwieczorek: Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2401.92 kcal; Białko ogółem: 130.59 g; Tłuszcz: 118.72 g; Węglowodany ogółem: 207.31 g; Witamina B12: 6.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.62 g; suma cukrów prostych: 82.62 g; Błonnik pokarmowy: 19.32 g; Magnez: 397.96 mg; Żelazo: 12.53 mg; Witamina A: 3726.70 mg; Witamina B6: 3.45 mg; Witamina C: 132.59 mg; Witamina E: 9.43 mg; Sód: 1430.99 mg; Wapń: 1137.95 mg;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, schab got. w sosie własnym 100g(1,2), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), rozszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.80 kcal; Białko ogółem: 119.78 g; Tłuszcz: 79.30 g; Węglowodany ogółem: 316.74 g; Witamina B12: 5.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.44 g; suma cukrów prostych: 73.60 g; Błonnik pokarmowy: 23.63 g; Magnez: 336.45 mg; Żelazo: 12.06 mg; Witamina A: 3545.45 mg; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 81.65 mg; Witamina E: 8.56 mg; Sód: 1927.75 mg; Wapń: 1041.04 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), schab Grzegorza 50g , jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	selerowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, gulasz po cygańsku 160g (1,11,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), 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]: 2213.96 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 65.84 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; Witamina B12: 3.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.99 g; suma cukrów prostych: 66.61 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g; Magnez: 295.19 mg; Żelazo: 11.44 mg; Witamina A: 704.50 mg; Witamina B6: 1.97 mg; Witamina C: 82.94 mg; Witamina E: 6.68 mg; Sód: 2406.81 mg; Wapń: 934.14 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż 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 ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 150g(1,2), 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]: 2100.89 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 64.29 g; Węglowodany ogółem: 288.70 g; Witamina B12: 2.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.71 g; suma cukrów prostych: 87.86 g; Błonnik pokarmowy: 18.91 g; Magnez: 276.55 mg; Żelazo: 8.78 mg; Witamina A: 703.60 mg; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 62.53 mg; Witamina E: 6.37 mg; Sód: 1692.21 mg; Wapń: 899.15 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Mandarynki 1por. , schab Grzegorza 50g , ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	selerowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(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]: 1868.56 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Tłuszcz: 68.24 g; Węglowodany ogółem: 223.09 g; Witamina B12: 3.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.21 g; suma cukrów prostych: 61.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g; Magnez: 313.23 mg; Żelazo: 10.83 mg; Witamina A: 701.20 mg; Witamina B6: 1.68 mg; Witamina C: 75.41 mg; Witamina E: 6.90 mg; Sód: 2303.21 mg; Wapń: 993.44 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Ryż 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 ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2160.89 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz: 66.29 g; Węglowodany ogółem: 294.90 g; Witamina B12: 3.41 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.90 g; suma cukrów prostych: 92.06 g; Błonnik pokarmowy: 18.91 g; Magnez: 293.55 mg; Żelazo: 8.88 mg; Witamina A: 719.60 mg; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 63.53 mg; Witamina E: 6.40 mg; Sód: 1755.21 mg; Wapń: 1069.15 mg;

środa 2026-01-07 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)^, schab Grzegorza 50g , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	selerowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 150g(1,2), 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]: 2100.89 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 64.29 g; Węglowodany ogółem: 288.70 g; Witamina B12: 2.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.71 g; suma cukrów prostych: 87.86 g; Błonnik pokarmowy: 18.91 g; Magnez: 276.55 mg; Żelazo: 8.78 mg; Witamina A: 703.60 mg; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 62.53 mg; Witamina E: 6.37 mg; Sód: 1692.21 mg; Wapń: 899.15 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Ryż 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 ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 150g(1,2), 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]: 2100.89 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 64.29 g; Węglowodany ogółem: 288.70 g; Witamina B12: 2.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.71 g; suma cukrów prostych: 87.86 g; Błonnik pokarmowy: 18.91 g; Magnez: 276.55 mg; Żelazo: 8.78 mg; Witamina A: 703.60 mg; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 62.53 mg; Witamina E: 6.37 mg; Sód: 1692.21 mg; Wapń: 899.15 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), schab Grzegorza 50g , jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2),	selerowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, gulasz po cygańsku 160g (1,11,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.16 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 75.04 g; Węglowodany ogółem: 306.10 g; Witamina B12: 3.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; suma cukrów prostych: 66.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g; Magnez: 303.99 mg; Żelazo: 11.64 mg; Witamina A: 797.30 mg; Witamina B6: 2.03 mg; Witamina C: 82.94 mg; Witamina E: 6.88 mg; Sód: 2793.21 mg; Wapń: 1088.54 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), schab Grzegorza 50g , jabłko deserowe 1 szt. , ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	selerowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, gulasz po cygańsku 160g (1,11,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), 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]: 2331.16 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 75.04 g; Węglowodany ogółem: 306.10 g; Witamina B12: 3.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; suma cukrów prostych: 66.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g; Magnez: 303.99 mg; Żelazo: 11.64 mg; Witamina A: 797.30 mg; Witamina B6: 2.03 mg; Witamina C: 82.94 mg; Witamina E: 6.88 mg; Sód: 2793.21 mg; Wapń: 1088.54 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Mandarynki 1por. , schab Grzegorza 50g , ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	selerowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(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]: 1868.56 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Tłuszcz: 68.24 g; Węglowodany ogółem: 223.09 g; Witamina B12: 3.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.21 g; suma cukrów prostych: 61.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g; Magnez: 313.23 mg; Żelazo: 10.83 mg; Witamina A: 701.20 mg; Witamina B6: 1.68 mg; Witamina C: 75.41 mg; Witamina E: 6.90 mg; Sód: 2303.21 mg; Wapń: 993.44 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajko,masło 350ml, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, masło 20g* (2),	rosół z grysiem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Herbata z cukrem 250ml*,
	Podwieczorek: brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2551.57 kcal; Białko ogółem: 144.30 g; Tłuszcz: 122.88 g; Węglowodany ogółem: 221.67 g; Witamina B12: 6.49 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.58 g; suma cukrów prostych: 96.35 g; Błonnik pokarmowy: 21.06 g; Magnez: 365.71 mg; Żelazo: 11.38 mg; Witamina A: 4260.40 mg; Witamina B6: 3.78 mg; Witamina C: 114.16 mg; Witamina E: 9.70 mg; Sód: 1980.94 mg; Wapń: 1069.14 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Ryż 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), ser capresi 40g (2),	selerowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 150g(1,2), 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]: 2218.09 kcal; Białko ogółem: 109.77 g; Tłuszcz: 73.49 g; Węglowodany ogółem: 288.78 g; Witamina B12: 3.35 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.19 g; suma cukrów prostych: 87.90 g; Błonnik pokarmowy: 18.91 g; Magnez: 285.35 mg; Żelazo: 8.98 mg; Witamina A: 796.40 mg; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 62.53 mg; Witamina E: 6.57 mg; Sód: 2078.61 mg; Wapń: 1053.55 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), szynka krucha z pieca 50g , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udko pieczone 1 por^, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), papryka kons. 50g (11), herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.20 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 80.90 g; Węglowodany ogółem: 344.94 g; Witamina B12: 5.00 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.97 g; suma cukrów prostych: 80.87 g; Błonnik pokarmowy: 31.58 g; Magnez: 430.57 mg; Żelazo: 11.90 mg; Witamina A: 1912.00 mg; Witamina B6: 3.51 mg; Witamina C: 151.36 mg; Witamina E: 8.27 mg; Sód: 3052.09 mg; Wapń: 919.47 mg;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka krucha z pieca 50g , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udko gotowane 1 por^, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.70 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 85.35 g; Węglowodany ogółem: 299.64 g; Witamina B12: 5.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.14 g; suma cukrów prostych: 81.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g; Magnez: 377.07 mg; Żelazo: 10.05 mg; Witamina A: 1885.50 mg; Witamina B6: 3.20 mg; Witamina C: 110.76 mg; Witamina E: 8.18 mg; Sód: 2537.59 mg; Wapń: 891.47 mg;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka krucha z pieca 50g , ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udko gotowane 1 por^, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), papryka kons. 50g (11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2114.90 kcal; Białko ogółem: 100.64 g; Tłuszcz: 85.09 g; Węglowodany ogółem: 248.28 g; Witamina B12: 5.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.85 g; suma cukrów prostych: 43.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g; Magnez: 349.17 mg; Żelazo: 11.18 mg; Witamina A: 1931.30 mg; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 143.66 mg; Witamina E: 8.28 mg; Sód: 3032.49 mg; Wapń: 779.17 mg;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka krucha z pieca 50g , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udko gotowane 1 por^, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), roszponka 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.50 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 86.70 g; Węglowodany ogółem: 321.24 g; Witamina B12: 5.78 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.71 g; suma cukrów prostych: 81.59 g; Błonnik pokarmowy: 22.25 g; Magnez: 377.07 mg; Żelazo: 10.05 mg; Witamina A: 1885.50 mg; Witamina B6: 3.20 mg; Witamina C: 110.76 mg; Witamina E: 8.18 mg; Sód: 2537.59 mg; Wapń: 891.47 mg;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka krucha z pieca 50g , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udko gotowane 1 por^, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.70 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 85.35 g; Węglowodany ogółem: 299.64 g; Witamina B12: 5.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.14 g; suma cukrów prostych: 81.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g; Magnez: 377.07 mg; Żelazo: 10.05 mg; Witamina A: 1885.50 mg; Witamina B6: 3.20 mg; Witamina C: 110.76 mg; Witamina E: 8.18 mg; Sód: 2537.59 mg; Wapń: 891.47 mg;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka krucha z pieca 50g , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udko gotowane 1 por^, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), roszponka 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.70 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 85.35 g; Węglowodany ogółem: 299.64 g; Witamina B12: 5.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.14 g; suma cukrów prostych: 81.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g; Magnez: 377.07 mg; Żelazo: 10.05 mg; Witamina A: 1885.50 mg; Witamina B6: 3.20 mg; Witamina C: 110.76 mg; Witamina E: 8.18 mg; Sód: 2537.59 mg; Wapń: 891.47 mg;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), szynka krucha z pieca 50g , Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udko pieczone 1 por^, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), papryka kons. 50g (11), herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2643.40 kcal; Białko ogółem: 117.11 g; Tłuszcz: 90.10 g; Węglowodany ogółem: 345.02 g; Witamina B12: 5.96 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.45 g; suma cukrów prostych: 80.91 g; Błonnik pokarmowy: 31.58 g; Magnez: 439.37 mg; Żelazo: 12.10 mg; Witamina A: 2004.80 mg; Witamina B6: 3.57 mg; Witamina C: 151.36 mg; Witamina E: 8.47 mg; Sód: 3438.49 mg; Wapń: 1073.87 mg;

czwartek 2026-01-08		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 150g (1), szynka krucha z pieca 50g , Banan 1 szt, ser capresi 40g (2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udko pieczone 1 por^, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), papryka kons. 50g (11), herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2427.10 kcal; Białko ogółem: 106.74 g; Tłuszcz: 83.94 g; Węglowodany ogółem: 314.13 g; Witamina B12: 5.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.70 g; suma cukrów prostych: 69.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g; Magnez: 373.67 mg; Żelazo: 10.73 mg; Witamina A: 1941.30 mg; Witamina B6: 3.41 mg; Witamina C: 147.86 mg; Witamina E: 7.73 mg; Sód: 3336.49 mg; Wapń: 792.17 mg;

czwartek 2026-01-08		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka krucha z pieca 50g , ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udko gotowane 1 por^, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), papryka kons. 50g (11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biskopty bez cukru 30g (1,3),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2114.90 kcal; Białko ogółem: 100.64 g; Tłuszcz: 85.09 g; Węglowodany ogółem: 248.28 g; Witamina B12: 5.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.85 g; suma cukrów prostych: 43.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g; Magnez: 349.17 mg; Żelazo: 11.18 mg; Witamina A: 1931.30 mg; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 143.66 mg; Witamina E: 8.28 mg; Sód: 3032.49 mg; Wapń: 779.17 mg;

czwartek 2026-01-08		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 200g , Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2),
	Podwieczorek: Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.42 kcal; Białko ogółem: 142.08 g; Tłuszcz: 123.35 g; Węglowodany ogółem: 213.16 g; Witamina B12: 3.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.07 g; suma cukrów prostych: 82.41 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g; Magnez: 409.41 mg; Żelazo: 13.26 mg; Witamina A: 4867.80 mg; Witamina B6: 4.13 mg; Witamina C: 111.50 mg; Witamina E: 11.16 mg; Sód: 1185.59 mg; Wapń: 862.16 mg;

czwartek 2026-01-08		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka krucha z pieca 50g , Banan 1 szt, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udko gotowane 1 por^, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), roszonek 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2446.90 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 94.55 g; Węglowodany ogółem: 299.72 g; Witamina B12: 6.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.62 g; suma cukrów prostych: 81.06 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g; Magnez: 385.87 mg; Żelazo: 10.25 mg; Witamina A: 1978.30 mg; Witamina B6: 3.26 mg; Witamina C: 110.76 mg; Witamina E: 8.38 mg; Sód: 2923.99 mg; Wapń: 1045.87 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt., kakao b/c 300 ml (1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 250g, surówka z ogórka kiszzonego 120g(11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2606.14 kcal; Białko ogółem: 114.26 g; Tłuszcz: 83.89 g; Węglowodany ogółem: 350.35 g; Witamina B12: 5.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.63 g; suma cukrów prostych: 61.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.80 g; Magnez: 465.66 mg; Żelazo: 14.66 mg; Witamina A: 1499.76 mg; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 85.61 mg; Witamina E: 12.14 mg; Sód: 2627.32 mg; Wapń: 1000.53 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, szpinak gotowany 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.71 kcal; Białko ogółem: 106.40 g; Tłuszcz: 67.06 g; Węglowodany ogółem: 294.25 g; Witamina B12: 5.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 52.77 g; Błonnik pokarmowy: 22.10 g; Magnez: 367.97 mg; Żelazo: 13.44 mg; Witamina A: 2283.00 mg; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 158.06 mg; Witamina E: 9.38 mg; Sód: 2131.86 mg; Wapń: 991.92 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., Chleb razowy 4 kromki 100g (1), masło 15g*(2), gruszka 1 szt., Serek fromage 80g. 1 szt. (2), gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, surówka z ogórka kiszzonego 120g(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: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2115.28 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 59.40 g; Węglowodany ogółem: 297.78 g; Witamina B12: 4.36 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.27 g; suma cukrów prostych: 75.30 g; Błonnik pokarmowy: 33.21 g; Magnez: 458.21 mg; Żelazo: 13.74 mg; Witamina A: 1710.50 mg; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 99.95 mg; Witamina E: 7.62 mg; Sód: 2432.23 mg; Wapń: 959.88 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, szpinak gotowany 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2254.71 kcal; Białko ogółem: 110.70 g; Tłuszcz: 69.06 g; Węglowodany ogółem: 300.45 g; Witamina B12: 5.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.80 g; suma cukrów prostych: 56.97 g; Błonnik pokarmowy: 22.10 g; Magnez: 384.97 mg; Żelazo: 13.54 mg; Witamina A: 2299.00 mg; Witamina B6: 3.00 mg; Witamina C: 159.06 mg; Witamina E: 9.41 mg; Sód: 2194.86 mg; Wapń: 1161.92 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, szpinak gotowany 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.71 kcal; Białko ogółem: 106.40 g; Tłuszcz: 67.06 g; Węglowodany ogółem: 294.25 g; Witamina B12: 5.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 52.77 g; Błonnik pokarmowy: 22.10 g; Magnez: 367.97 mg; Żelazo: 13.44 mg; Witamina A: 2283.00 mg; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 158.06 mg; Witamina E: 9.38 mg; Sód: 2131.86 mg; Wapń: 991.92 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, szpinak gotowany 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.71 kcal; Białko ogółem: 106.40 g; Tłuszcz: 67.06 g; Węglowodany ogółem: 294.25 g; Witamina B12: 5.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 52.77 g; Błonnik pokarmowy: 22.10 g; Magnez: 367.97 mg; Żelazo: 13.44 mg; Witamina A: 2283.00 mg; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 158.06 mg; Witamina E: 9.38 mg; Sód: 2131.86 mg; Wapń: 991.92 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 120g , twaróg krajanka 50g(2), Ser żółty 40g (2), gruszka 1 szt., kakao b/c 300 ml (1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 250g, surówka z ogórka kiszzonego 120g(11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2739.74 kcal; Białko ogółem: 124.26 g; Tłuszcz: 94.29 g; Węglowodany ogółem: 350.39 g; Witamina B12: 5.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.03 g; suma cukrów prostych: 61.31 g; Błonnik pokarmowy: 29.80 g; Magnez: 478.06 mg; Żelazo: 14.94 mg; Witamina A: 1610.16 mg; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 85.61 mg; Witamina E: 12.29 mg; Sód: 2986.52 mg; Wapń: 1323.33 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Serek fromage 80g. 1 szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, kakao b/c 300 ml (1,2), miód 1 szt.(25g),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Jajko w sosie koperkowym 2 szt, ziemniaki 250g, surówka z ogórka kiszzonego 120g(11,13), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), twaróg ze szczypiorkiem 50g (2), Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2412.66 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 78.02 g; Węglowodany ogółem: 323.08 g; Witamina B12: 6.68 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.19 g; suma cukrów prostych: 75.78 g; Błonnik pokarmowy: 20.27 g; Magnez: 336.54 mg; Żelazo: 12.79 mg; Witamina A: 1832.06 mg; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 98.43 mg; Witamina E: 6.25 mg; Sód: 2792.82 mg; Wapń: 1067.31 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., Chleb razowy 4 kromki 100g (1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, surówka z ogórka kiszzonego 120g(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: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1999.28 kcal; Białko ogółem: 108.28 g; Tłuszcz: 59.00 g; Węglowodany ogółem: 268.98 g; Witamina B12: 4.35 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.19 g; suma cukrów prostych: 55.50 g; Błonnik pokarmowy: 29.01 g; Magnez: 442.21 mg; Żelazo: 13.14 mg; Witamina A: 1706.50 mg; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 89.35 mg; Witamina E: 6.82 mg; Sód: 2428.23 mg; Wapń: 935.88 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
kakao 250ml (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), brokuły z wody 120 g, masło 20g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, masło 20g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2570.52 kcal; Białko ogółem: 137.01 g; Tłuszcz: 138.46 g; Węglowodany ogółem: 197.75 g; Witamina B12: 6.58 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 65.03 g; suma cukrów prostych: 78.55 g; Błonnik pokarmowy: 16.06 g; Magnez: 359.76 mg; Żelazo: 10.83 mg; Witamina A: 3722.09 mg; Witamina B6: 3.33 mg; Witamina C: 118.68 mg; Witamina E: 9.10 mg; Sód: 2728.17 mg; Wapń: 1140.47 mg;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Serek fromage 80g. 1 szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, kakao b/c 300 ml (1,2), miód 1 szt.(25g),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, szpinak gotowany 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twaróg z koperkiem 100g, Pomidor 50g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.31 kcal; Białko ogółem: 125.19 g; Tłuszcz: 59.41 g; Węglowodany ogółem: 321.14 g; Witamina B12: 5.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.81 g; suma cukrów prostych: 77.71 g; Błonnik pokarmowy: 22.31 g; Magnez: 385.56 mg; Żelazo: 12.10 mg; Witamina A: 2030.56 mg; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 159.12 mg; Witamina E: 8.70 mg; Sód: 2060.39 mg; Wapń: 1114.15 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), szynka piastowska 50g(8), Mandarynki 1por., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, Ogórek konserwowy 50g* (11), herbata 1 toreбка,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1993.03 kcal; Białko ogółem: 97.38 g; Tłuszcz: 60.50 g; Węglowodany ogółem: 269.58 g; Witamina B12: 3.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.65 g; suma cukrów prostych: 47.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g; Magnez: 397.88 mg; Żelazo: 10.63 mg; Witamina A: 914.10 mg; Witamina B6: 1.93 mg; Witamina C: 131.32 mg; Witamina E: 6.89 mg; Sód: 1695.99 mg; Wapń: 936.68 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, szpinak 10g, herbata 1 toreбка,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2084.43 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; Tłuszcz: 66.25 g; Węglowodany ogółem: 287.06 g; Witamina B12: 3.09 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.28 g; suma cukrów prostych: 78.05 g; Błonnik pokarmowy: 18.89 g; Magnez: 366.38 mg; Żelazo: 8.84 mg; Witamina A: 955.50 mg; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 129.99 mg; Witamina E: 7.46 mg; Sód: 1171.99 mg; Wapń: 901.68 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., Chleb razowy 4 kromki 100g (1), masło 15g*(2), Mandarynki 1por., szynka piastowska 50g(8), Mandarynki 1por., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser żółty 20g. (2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, Ogórek konserwowy 50g* (11), herbata 1 toreбка,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1756.38 kcal; Białko ogółem: 91.60 g; Tłuszcz: 60.95 g; Węglowodany ogółem: 217.81 g; Witamina B12: 2.09 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.23 g; suma cukrów prostych: 46.62 g; Błonnik pokarmowy: 26.09 g; Magnez: 363.19 mg; Żelazo: 9.88 mg; Witamina A: 1067.22 mg; Witamina B6: 1.88 mg; Witamina C: 157.21 mg; Witamina E: 6.80 mg; Sód: 1790.93 mg; Wapń: 837.43 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, szpinak 10g, herbata 1 toreбка,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2159.88 kcal; Białko ogółem: 97.50 g; Tłuszcz: 67.62 g; Węglowodany ogółem: 295.24 g; Witamina B12: 3.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.55 g; suma cukrów prostych: 86.23 g; Błonnik pokarmowy: 19.98 g; Magnez: 377.29 mg; Żelazo: 9.30 mg; Witamina A: 1107.32 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 140.90 mg; Witamina E: 7.90 mg; Sód: 1455.63 mg; Wapń: 916.23 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, szpinak 10g, herbata 1 toreбка,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2084.43 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; Tłuszcz: 66.25 g; Węglowodany ogółem: 287.06 g; Witamina B12: 3.09 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.28 g; suma cukrów prostych: 78.05 g; Błonnik pokarmowy: 18.89 g; Magnez: 366.38 mg; Żelazo: 8.84 mg; Witamina A: 955.50 mg; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 129.99 mg; Witamina E: 7.46 mg; Sód: 1171.99 mg; Wapń: 901.68 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, szpinak 10g, herbata 1 toreбка,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2084.43 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; Tłuszcz: 66.25 g; Węglowodany ogółem: 287.06 g; Witamina B12: 3.09 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.28 g; suma cukrów prostych: 78.05 g; Błonnik pokarmowy: 18.89 g; Magnez: 366.38 mg; Żelazo: 8.84 mg; Witamina A: 955.50 mg; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 129.99 mg; Witamina E: 7.46 mg; Sód: 1171.99 mg; Wapń: 901.68 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb razowy 150g(1), szynka piastowska 50g(8), Ser żółty 50g(2), Mandarynki 1por., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 150g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, Ogórek konserwowy 50g* (11), herbata 1 toreбка,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2160.03 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 73.50 g; Węglowodany ogółem: 269.63 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.65 g; suma cukrów prostych: 47.34 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g; Magnez: 413.38 mg; Żelazo: 10.98 mg; Witamina A: 1052.10 mg; Witamina B6: 1.94 mg; Witamina C: 131.32 mg; Witamina E: 7.08 mg; Sód: 2144.99 mg; Wapń: 1340.18 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), szynka piastowska 50g(8), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, szpinak 10g, herbata 1 torebka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1934.93 kcal; Białko ogółem: 89.40 g; Tłuszcz: 65.29 g; Węglowodany ogółem: 256.19 g; Witamina B12: 3.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.73 g; suma cukrów prostych: 66.80 g; Błonnik pokarmowy: 16.82 g; Magnez: 306.88 mg; Żelazo: 7.61 mg; Witamina A: 947.20 mg; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 126.49 mg; Witamina E: 6.80 mg; Sód: 1249.59 mg; Wapń: 781.38 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., Chleb razowy 4 kromki 100g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), szynka piastowska 50g(8), Mandarynki 1por. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z dorsza 100g parowany po grecku dieta(13), ziemniaki 250g, surówka z ogórka kiszzonego 120g(11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, Ogórek konserwowy 50g* (11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1823.14 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 53.69 g; Węglowodany ogółem: 246.55 g; Witamina B12: 4.72 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.16 g; suma cukrów prostych: 43.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.54 g; Magnez: 416.32 mg; Żelazo: 10.65 mg; Witamina A: 1578.62 mg; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 96.49 mg; Witamina E: 5.29 mg; Sód: 2841.77 mg; Wapń: 811.02 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Masło 10g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2552.03 kcal; Białko ogółem: 141.43 g; Tłuszcz: 129.51 g; Węglowodany ogółem: 213.02 g; Witamina B12: 3.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.24 g; suma cukrów prostych: 77.56 g; Błonnik pokarmowy: 23.76 g; Magnez: 421.33 mg; Żelazo: 13.95 mg; Witamina A: 2780.90 mg; Witamina B6: 4.12 mg; Witamina C: 156.95 mg; Witamina E: 9.82 mg; Sód: 1073.92 mg; Wapń: 909.81 mg;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), szynka piastowska 50g(8), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400ml(1,2,8,13)^, gulasz z indyka 160g (1,13), kasza bulgur 200g , brokuły z wody 150g, 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]: 2224.43 kcal; Białko ogółem: 101.77 g; Tłuszcz: 75.95 g; Węglowodany ogółem: 287.66 g; Witamina B12: 3.29 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.28 g; suma cukrów prostych: 78.05 g; Błonnik pokarmowy: 18.89 g; Magnez: 378.38 mg; Żelazo: 11.04 mg; Witamina A: 1227.50 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 129.99 mg; Witamina E: 8.19 mg; Sód: 1312.99 mg; Wapń: 948.68 mg;

Dietetyk

.....