

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-04-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g, gruszka 1 szt., roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, gulasz po cygańsku 150g (1,11,13), kasza bulgur 200g, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka świeża 90g, rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2108.03 kcal; Białko ogółem: 100.64 g; Tłuszcz: 66.14 g; Węglowodany ogółem: 276.54 g; Witamina B12: 3.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.45 g; suma cukrów prostych: 79.08 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; Magnez: 325.54 mg; Żelazo: 11.18 mg; Witamina A: 1847.35 mg; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 308.75 mg; Witamina E: 11.91 mg; Sód: 2270.29 mg; Wapń: 995.33 mg;

sobota 2026-04-11 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Gulasz z indyka 250g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2036.71 kcal; Białko ogółem: 101.32 g; Tłuszcz: 65.73 g; Węglowodany ogółem: 261.51 g; Witamina B12: 2.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.22 g; suma cukrów prostych: 66.92 g; Błonnik pokarmowy: 15.62 g; Magnez: 241.87 mg; Żelazo: 8.39 mg; Witamina A: 1411.80 mg; Witamina B6: 1.70 mg; Witamina C: 167.04 mg; Witamina E: 9.38 mg; Sód: 1556.85 mg; Wapń: 937.99 mg;

sobota 2026-04-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g, gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, gulasz po cygańsku 150g (1,11,13), kasza bulgur 200g, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka świeża 90g, herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2017.43 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 68.42 g; Węglowodany ogółem: 251.75 g; Witamina B12: 3.26 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.63 g; suma cukrów prostych: 68.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.90 g; Magnez: 355.54 mg; Żelazo: 12.57 mg; Witamina A: 1843.55 mg; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 305.75 mg; Witamina E: 12.41 mg; Sód: 2158.39 mg; Wapń: 906.23 mg;

sobota 2026-04-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g, gruszka 1 szt., roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, gulasz po cygańsku 150g (1,11,13), kasza bulgur 200g, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka świeża 90g, rukola 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186.03 kcal; Białko ogółem: 102.24 g; Tłuszcz: 66.78 g; Węglowodany ogółem: 292.74 g; Witamina B12: 3.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.45 g; suma cukrów prostych: 79.08 g; Błonnik pokarmowy: 27.29 g; Magnez: 325.54 mg; Żelazo: 11.18 mg; Witamina A: 1847.35 mg; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 308.75 mg; Witamina E: 11.91 mg; Sód: 2270.29 mg; Wapń: 995.33 mg;

sobota 2026-04-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Gulasz z indyka 250g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2036.71 kcal; Białko ogółem: 101.32 g; Tłuszcz: 65.73 g; Węglowodany ogółem: 261.51 g; Witamina B12: 2.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.22 g; suma cukrów prostych: 66.92 g; Błonnik pokarmowy: 15.62 g; Magnez: 241.87 mg; Żelazo: 8.39 mg; Witamina A: 1411.80 mg; Witamina B6: 1.70 mg; Witamina C: 167.04 mg; Witamina E: 9.38 mg; Sód: 1556.85 mg; Wapń: 937.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-04-11			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1) ^A , kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A , Gulasz z indyka 250g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), brokuly z wody 150g, Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1) ^A , Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,			
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1961.91 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 57.48 g; Węglowodany ogółem: 261.44 g; Witamina B12: 2.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.75 g; suma cukrów prostych: 66.86 g; Błonnik pokarmowy: 15.62 g; Magnez: 241.77 mg; Żelazo: 8.38 mg; Witamina A: 1330.40 mg; Witamina B6: 1.70 mg; Witamina C: 167.04 mg; Witamina E: 9.13 mg; Sód: 1555.95 mg; Wapń: 936.39 mg;

sobota 2026-04-11			Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt., roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A , gulasz po cygańsku 150g (1,11,13), kasza bulgur 200g , brokuly z wody 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka świeża 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,			
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2157.03 kcal; Białko ogółem: 110.54 g; Tłuszcz: 66.39 g; Węglowodany ogółem: 278.29 g; Witamina B12: 4.07 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.59 g; suma cukrów prostych: 80.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; Magnez: 330.04 mg; Żelazo: 11.28 mg; Witamina A: 1849.85 mg; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 308.75 mg; Witamina E: 11.92 mg; Sód: 2290.79 mg; Wapń: 1043.33 mg;

sobota 2026-04-11			Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) ^A , kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser żółty 20g. (2), pomidor malinowy 90g, roszponka 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A , gulasz po cygańsku 150g (1,11,13), kasza bulgur 200g , brokuly z wody 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1) ^A , masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,			
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1920.21 kcal; Białko ogółem: 94.08 g; Tłuszcz: 71.57 g; Węglowodany ogółem: 226.09 g; Witamina B12: 2.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.11 g; suma cukrów prostych: 63.23 g; Błonnik pokarmowy: 15.07 g; Magnez: 242.44 mg; Żelazo: 9.44 mg; Witamina A: 1477.69 mg; Witamina B6: 1.87 mg; Witamina C: 188.55 mg; Witamina E: 10.05 mg; Sód: 1905.33 mg; Wapń: 815.49 mg;

sobota 2026-04-11			Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A , gulasz po cygańsku 150g (1,11,13), kasza bulgur 200g , brokuly z wody 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), rukola 10g, papryka świeża 90g , herbata 1 torebka,			
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2017.43 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 68.42 g; Węglowodany ogółem: 251.75 g; Witamina B12: 3.26 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.63 g; suma cukrów prostych: 68.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.90 g; Magnez: 355.54 mg; Żelazo: 12.57 mg; Witamina A: 1843.55 mg; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 305.75 mg; Witamina E: 12.41 mg; Sód: 2158.39 mg; Wapń: 906.23 mg;

sobota 2026-04-11			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 100g, Szpinak gotowany 100g (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 100g, Marchew gotowana 100 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,			
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.21 kcal; Białko ogółem: 123.61 g; Tłuszcz: 102.83 g; Węglowodany ogółem: 220.24 g; Witamina B12: 5.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.61 g; suma cukrów prostych: 55.61 g; Błonnik pokarmowy: 19.81 g; Magnez: 413.39 mg; Żelazo: 13.93 mg; Witamina A: 3506.45 mg; Witamina B6: 4.04 mg; Witamina C: 123.03 mg; Witamina E: 8.27 mg; Sód: 924.82 mg; Wapń: 821.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-04-11		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser capresi 40g (2), pomidor malinowy 90g, roszonek 10g,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Gulasz z indyka 250g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, kielbasa szynkowa dębowa 40g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2193.91 kcal; Białko ogółem: 113.44 g; Tłuszcz: 76.57 g; Węglowodany ogółem: 263.39 g; Witamina B12: 3.56 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.32 g; suma cukrów prostych: 66.96 g; Błonnik pokarmowy: 15.62 g; Magnez: 256.27 mg; Żelazo: 8.95 mg; Witamina A: 1504.60 mg; Witamina B6: 1.86 mg; Witamina C: 167.04 mg; Witamina E: 9.66 mg; Sód: 2216.05 mg; Wapń: 1094.39 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-04-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , pomidor malinowy 90g, szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)*, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2294.97 kcal; Białko ogółem: 107.06 g; Tłuszcz: 77.76 g; Węglowodany ogółem: 293.19 g; Witamina B12: 3.80 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.72 g; suma cukrów prostych: 67.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; Magnez: 403.18 mg; Żelazo: 11.18 mg; Witamina A: 1342.09 mg; Witamina B6: 2.80 mg; Witamina C: 129.31 mg; Witamina E: 7.97 mg; Sód: 3592.21 mg; Wapń: 1278.79 mg;

niedziela 2026-04-12 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)*, ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)*, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, cukinia gotowana 150g , Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)*, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.50 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 80.52 g; Węglowodany ogółem: 276.28 g; Witamina B12: 3.87 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.03 g; suma cukrów prostych: 63.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.80 g; Magnez: 314.47 mg; Żelazo: 8.62 mg; Witamina A: 1413.09 mg; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 129.96 mg; Witamina E: 7.52 mg; Sód: 2168.09 mg; Wapń: 1078.78 mg;

niedziela 2026-04-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)*, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, cukinia gotowana 150g , Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 90g , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2105.55 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 72.72 g; Węglowodany ogółem: 244.89 g; Witamina B12: 4.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.33 g; suma cukrów prostych: 57.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g; Magnez: 430.78 mg; Żelazo: 13.70 mg; Witamina A: 1570.10 mg; Witamina B6: 3.00 mg; Witamina C: 115.57 mg; Witamina E: 7.85 mg; Sód: 3258.43 mg; Wapń: 758.53 mg;

niedziela 2026-04-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , pomidor malinowy 90g, szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)*, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.97 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 79.76 g; Węglowodany ogółem: 297.89 g; Witamina B12: 4.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.91 g; suma cukrów prostych: 72.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; Magnez: 413.18 mg; Żelazo: 11.28 mg; Witamina A: 1358.09 mg; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 129.31 mg; Witamina E: 8.00 mg; Sód: 3630.21 mg; Wapń: 1381.79 mg;

niedziela 2026-04-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)*, ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)*, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, cukinia gotowana 150g , Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)*, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.50 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 80.52 g; Węglowodany ogółem: 276.28 g; Witamina B12: 3.87 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.03 g; suma cukrów prostych: 63.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.80 g; Magnez: 314.47 mg; Żelazo: 8.62 mg; Witamina A: 1413.09 mg; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 129.96 mg; Witamina E: 7.52 mg; Sód: 2168.09 mg; Wapń: 1078.78 mg;

niedziela 2026-04-12 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)*, ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)*, filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki 200g*, cukinia gotowana 150g , Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)*, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1971.70 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 53.27 g; Węglowodany ogółem: 276.21 g; Witamina B12: 3.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.10 g; suma cukrów prostych: 63.05 g; Błonnik pokarmowy: 23.80 g; Magnez: 300.47 mg; Żelazo: 7.60 mg; Witamina A: 1297.69 mg; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 129.96 mg; Witamina E: 6.81 mg; Sód: 1666.69 mg; Wapń: 1063.89 mg;

niedziela 2026-04-12		
Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , pomidor malinowy 90g, szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2), serek homo waniliowy 60g (2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.77 kcal; Białko ogółem: 117.14 g; Tłuszcz: 80.28 g; Węglowodany ogółem: 301.17 g; Witamina B12: 4.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.23 g; suma cukrów prostych: 75.70 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; Magnez: 407.98 mg; Żelazo: 11.30 mg; Witamina A: 1363.09 mg; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 129.31 mg; Witamina E: 8.02 mg; Sód: 3616.21 mg; Wapń: 1329.79 mg;

niedziela 2026-04-12		
Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, sok pomidorowy 200ml 1szt, herbata 1 torebka, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.02 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 74.06 g; Węglowodany ogółem: 284.00 g; Witamina B12: 3.04 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.00 g; suma cukrów prostych: 84.67 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; Magnez: 307.09 mg; Żelazo: 9.95 mg; Witamina A: 1471.51 mg; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 161.22 mg; Witamina E: 9.15 mg; Sód: 2619.34 mg; Wapń: 835.04 mg;

niedziela 2026-04-12		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, cukinia gotowana 150g , Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 90g , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2105.55 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 72.72 g; Węglowodany ogółem: 244.89 g; Witamina B12: 4.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.33 g; suma cukrów prostych: 57.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g; Magnez: 430.78 mg; Żelazo: 13.70 mg; Witamina A: 1570.10 mg; Witamina B6: 3.00 mg; Witamina C: 115.57 mg; Witamina E: 7.85 mg; Sód: 3258.43 mg; Wapń: 758.53 mg;

niedziela 2026-04-12		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), ziemniaki 100g, Buraczki gotowane 100g^,	herbata bez cukru 250ml, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Marchew gotowana 100 g, ziemniaki 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.66 kcal; Białko ogółem: 126.80 g; Tłuszcz: 103.18 g; Węglowodany ogółem: 199.29 g; Witamina B12: 5.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.01 g; suma cukrów prostych: 45.58 g; Błonnik pokarmowy: 18.98 g; Magnez: 384.56 mg; Żelazo: 12.64 mg; Witamina A: 2942.91 mg; Witamina B6: 3.95 mg; Witamina C: 101.43 mg; Witamina E: 6.22 mg; Sód: 2635.54 mg; Wapń: 973.08 mg;

niedziela 2026-04-12		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, cukinia gotowana 150g , Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, twarożek 50g(2)^, pomidor malinowy 90g, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2351.50 kcal; Białko ogółem: 126.65 g; Tłuszcz: 75.47 g; Węglowodany ogółem: 294.25 g; Witamina B12: 4.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.05 g; suma cukrów prostych: 81.82 g; Błonnik pokarmowy: 23.90 g; Magnez: 318.17 mg; Żelazo: 8.72 mg; Witamina A: 1354.79 mg; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 130.66 mg; Witamina E: 7.40 mg; Sód: 1838.19 mg; Wapń: 1051.38 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-04-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Banan 1 szt, rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3087.87 kcal; Białko ogółem: 116.74 g; Tłuszcz: 105.09 g; Węglowodany ogółem: 409.43 g; Witamina B12: 5.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.48 g; suma cukrów prostych: 89.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.52 g; Magnez: 476.72 mg; Żelazo: 15.97 mg; Witamina A: 1816.09 mg; Witamina B6: 4.25 mg; Witamina C: 244.97 mg; Witamina E: 15.96 mg; Sód: 3007.62 mg; Wapń: 875.87 mg;

poniedziałek 2026-04-13 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos grecki (1,2,13) 120 g , ziemniaki 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2650.19 kcal; Białko ogółem: 109.16 g; Tłuszcz: 89.74 g; Węglowodany ogółem: 350.03 g; Witamina B12: 4.43 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.87 g; suma cukrów prostych: 92.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.02 g; Magnez: 379.66 mg; Żelazo: 10.56 mg; Witamina A: 1603.11 mg; Witamina B6: 3.55 mg; Witamina C: 141.09 mg; Witamina E: 11.24 mg; Sód: 2579.65 mg; Wapń: 900.55 mg;

poniedziałek 2026-04-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka z ziarnami 70g (1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, papryka świeża 90g ,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidorki koktajlowe 90g , kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2638.98 kcal; Białko ogółem: 111.03 g; Tłuszcz: 86.58 g; Węglowodany ogółem: 353.47 g; Witamina B12: 4.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.08 g; suma cukrów prostych: 90.56 g; Błonnik pokarmowy: 37.45 g; Magnez: 517.12 mg; Żelazo: 15.13 mg; Witamina A: 2565.93 mg; Witamina B6: 4.53 mg; Witamina C: 266.64 mg; Witamina E: 11.52 mg; Sód: 3774.03 mg; Wapń: 964.93 mg;

poniedziałek 2026-04-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Banan 1 szt, rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3185.07 kcal; Białko ogółem: 121.54 g; Tłuszcz: 110.69 g; Węglowodany ogółem: 416.35 g; Witamina B12: 6.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.82 g; suma cukrów prostych: 94.16 g; Błonnik pokarmowy: 34.52 g; Magnez: 495.72 mg; Żelazo: 16.09 mg; Witamina A: 1862.09 mg; Witamina B6: 4.31 mg; Witamina C: 245.97 mg; Witamina E: 16.05 mg; Sód: 3078.02 mg; Wapń: 1065.67 mg;

poniedziałek 2026-04-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos grecki (1,2,13) 120 g , ziemniaki 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2650.19 kcal; Białko ogółem: 109.16 g; Tłuszcz: 89.74 g; Węglowodany ogółem: 350.03 g; Witamina B12: 4.43 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.87 g; suma cukrów prostych: 92.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.02 g; Magnez: 379.66 mg; Żelazo: 10.56 mg; Witamina A: 1603.11 mg; Witamina B6: 3.55 mg; Witamina C: 141.09 mg; Witamina E: 11.24 mg; Sód: 2579.65 mg; Wapń: 900.55 mg;

poniedziałek 2026-04-13 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos grecki (1,2,13) 120 g , ziemniaki 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2308.39 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 57.18 g; Węglowodany ogółem: 347.60 g; Witamina B12: 4.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.11 g; suma cukrów prostych: 98.01 g; Błonnik pokarmowy: 21.96 g; Magnez: 369.76 mg; Żelazo: 9.75 mg; Witamina A: 1490.51 mg; Witamina B6: 3.44 mg; Witamina C: 141.09 mg; Witamina E: 10.67 mg; Sód: 2529.15 mg; Wapń: 870.15 mg;

poniedziałek 2026-04-13			Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),		zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,		chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,	
			Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3174.07 kcal; Białko ogółem: 127.14 g; Tłuszcz: 108.94 g; Węglowodany ogółem: 411.90 g; Witamina B12: 6.40 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.77 g; suma cukrów prostych: 91.51 g; Błonnik pokarmowy: 34.52 g; Magnez: 483.22 mg; Żelazo: 16.09 mg; Witamina A: 1848.59 mg; Witamina B6: 4.30 mg; Witamina C: 244.97 mg; Witamina E: 16.03 mg; Sód: 3035.52 mg; Wapń: 943.67 mg;

poniedziałek 2026-04-13			Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Banan 1 szt, ser capresi 40g (2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),		zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,		bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,	
			Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2854.57 kcal; Białko ogółem: 106.98 g; Tłuszcz: 118.49 g; Węglowodany ogółem: 331.78 g; Witamina B12: 5.69 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.90 g; suma cukrów prostych: 76.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.51 g; Magnez: 364.82 mg; Żelazo: 13.22 mg; Witamina A: 1540.99 mg; Witamina B6: 3.63 mg; Witamina C: 133.07 mg; Witamina E: 14.56 mg; Sód: 2639.92 mg; Wapń: 761.67 mg;

poniedziałek 2026-04-13			Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka z ziarnami 70g (1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),		zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,		chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,			Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.28 kcal; Białko ogółem: 109.20 g; Tłuszcz: 86.05 g; Węglowodany ogółem: 345.49 g; Witamina B12: 4.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.97 g; suma cukrów prostych: 85.30 g; Błonnik pokarmowy: 34.97 g; Magnez: 504.02 mg; Żelazo: 14.39 mg; Witamina A: 2047.93 mg; Witamina B6: 4.07 mg; Witamina C: 127.84 mg; Witamina E: 8.42 mg; Sód: 3768.13 mg; Wapń: 949.63 mg;

poniedziałek 2026-04-13			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, ziemniaki 100g, bukiet warzyw dieta 100g,		Ryżowa 400ml* (8,13), herbata bez cukru 250ml, ziemniaki 100g, brokuly z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	
Podwieczorek: Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,			Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2266.75 kcal; Białko ogółem: 136.39 g; Tłuszcz: 88.75 g; Węglowodany ogółem: 239.14 g; Witamina B12: 4.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.20 g; suma cukrów prostych: 54.13 g; Błonnik pokarmowy: 19.58 g; Magnez: 408.25 mg; Żelazo: 10.51 mg; Witamina A: 1705.93 mg; Witamina B6: 4.39 mg; Witamina C: 173.22 mg; Witamina E: 7.48 mg; Sód: 2018.30 mg; Wapń: 1056.62 mg;

poniedziałek 2026-04-13			Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Szyńka Ojca Grzegorza 50g, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,		zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,		bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), herbata 1 torebka, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g,	
			Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2795.20 kcal; Białko ogółem: 127.57 g; Tłuszcz: 94.97 g; Węglowodany ogółem: 354.15 g; Witamina B12: 4.97 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.18 g; suma cukrów prostych: 95.41 g; Błonnik pokarmowy: 23.68 g; Magnez: 405.67 mg; Żelazo: 12.20 mg; Witamina A: 2017.83 mg; Witamina B6: 3.90 mg; Witamina C: 147.32 mg; Witamina E: 9.38 mg; Sód: 3353.15 mg; Wapń: 935.75 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), kurczak gotowany premium 50g, jabłko deserowe 1 szt., ogórek świeży 90g, szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) [^] , filet z kurczaka duszony 110g w sosie curry 80ml (1,13) [^] , Ryż gotowany 200g, surówka porowa 150g (3,11,13), Kompot b/c 300ml [*] ,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g, herbata 1 torebka, roszonek 10g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.80 kcal; Białko ogółem: 121.86 g; Tłuszcz: 80.95 g; Węglowodany ogółem: 305.50 g; Witamina B12: 3.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.31 g; suma cukrów prostych: 71.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g; Magnez: 376.02 mg; Żelazo: 10.68 mg; Witamina A: 1014.39 mg; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 159.65 mg; Witamina E: 12.88 mg; Sód: 2989.64 mg; Wapń: 1359.33 mg;

wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) [^] , filet z kurczaka duszony 100g w sosie wt. 80ml(1,13), Ryż gotowany 200g, Kompot b/c 300ml [*] , surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , ser capresi 40g (2), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2670.89 kcal; Białko ogółem: 111.74 g; Tłuszcz: 84.41 g; Węglowodany ogółem: 373.25 g; Witamina B12: 3.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.57 g; suma cukrów prostych: 149.51 g; Błonnik pokarmowy: 19.78 g; Magnez: 317.52 mg; Żelazo: 9.18 mg; Witamina A: 2844.89 mg; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 97.94 mg; Witamina E: 11.76 mg; Sód: 2955.51 mg; Wapń: 1105.35 mg;

wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1 szt., szynka piastowska 40g (8), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ogórek świeży 90g, szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) [^] , filet z kurczaka duszony 100g w sosie wt. 80ml(1,13), ryż brązowy 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300ml [*] ,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g, Ser żółty 40g (2), herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2179.79 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 78.99 g; Węglowodany ogółem: 257.41 g; Witamina B12: 4.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.41 g; suma cukrów prostych: 58.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g; Magnez: 385.27 mg; Żelazo: 12.03 mg; Witamina A: 2928.19 mg; Witamina B6: 2.50 mg; Witamina C: 80.78 mg; Witamina E: 10.36 mg; Sód: 2459.56 mg; Wapń: 1157.60 mg;

wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), kurczak gotowany premium 50g, jabłko deserowe 1 szt., ogórek świeży 90g, szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) [^] , filet z kurczaka duszony 110g w sosie wt. 80ml(1,13), Ryż gotowany 200g, surówka porowa 150g (3,11,13), Kompot b/c 300ml [*] ,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g, herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2493.80 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 81.59 g; Węglowodany ogółem: 321.70 g; Witamina B12: 3.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.31 g; suma cukrów prostych: 71.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; Magnez: 376.02 mg; Żelazo: 10.68 mg; Witamina A: 1014.39 mg; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 159.65 mg; Witamina E: 12.88 mg; Sód: 2989.64 mg; Wapń: 1359.33 mg;

wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) [^] , filet z kurczaka duszony 100g w sosie wt. 80ml(1,13), Ryż gotowany 200g, Kompot b/c 300ml [*] , surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , ser capresi 40g (2), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2670.89 kcal; Białko ogółem: 111.74 g; Tłuszcz: 84.41 g; Węglowodany ogółem: 373.25 g; Witamina B12: 3.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.57 g; suma cukrów prostych: 149.51 g; Błonnik pokarmowy: 19.78 g; Magnez: 317.52 mg; Żelazo: 9.18 mg; Witamina A: 2844.89 mg; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 97.94 mg; Witamina E: 11.76 mg; Sód: 2955.51 mg; Wapń: 1105.35 mg;

wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) [^] , filet z kurczaka duszony 100g w sosie wt. 80ml(1,13), Ryż gotowany 200g, Kompot b/c 300ml [*] , surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , twarożek 50g(2) [^] , roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2535.09 kcal; Białko ogółem: 117.17 g; Tłuszcz: 67.21 g; Węglowodany ogółem: 373.45 g; Witamina B12: 3.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.84 g; suma cukrów prostych: 150.96 g; Błonnik pokarmowy: 19.78 g; Magnez: 313.12 mg; Żelazo: 9.07 mg; Witamina A: 2673.19 mg; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 97.94 mg; Witamina E: 11.31 mg; Sód: 2588.71 mg; Wapń: 997.35 mg;

wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), kurczak gotowany premium 50g, ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1 szt., ogórek świeży 90g, szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A , filet z kurczaka duszony 110g w sosie curry 80ml (1,13) ^A , Ryż gotowany 200g, surówka porowa 150g (3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g, herbata 1 torebka, rozspanka 10g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2525.80 kcal; Białko ogółem: 126.26 g; Tłuszcz: 90.15 g; Węglowodany ogółem: 306.98 g; Witamina B12: 4.32 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.71 g; suma cukrów prostych: 72.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g; Magnez: 384.82 mg; Żelazo: 10.88 mg; Witamina A: 1107.19 mg; Witamina B6: 2.50 mg; Witamina C: 159.65 mg; Witamina E: 13.08 mg; Sód: 3376.04 mg; Wapń: 1513.73 mg;

wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), kurczak gotowany premium 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser żółty 20g. (2), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A , filet z kurczaka duszony 110g w sosie curry 80ml (1,13) ^A , Ryż gotowany 200g, surówka porowa 150g (3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1) ^A , masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), rozspanka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2252.90 kcal; Białko ogółem: 117.98 g; Tłuszcz: 84.94 g; Węglowodany ogółem: 260.79 g; Witamina B12: 3.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.56 g; suma cukrów prostych: 58.39 g; Błonnik pokarmowy: 16.06 g; Magnez: 275.92 mg; Żelazo: 7.81 mg; Witamina A: 1199.19 mg; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 152.91 mg; Witamina E: 13.79 mg; Sód: 2722.74 mg; Wapń: 1319.23 mg;

wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1 szt., szynka piastowska 40g (8), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ogórek świeży 90g, szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A , filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), ryż brązowy 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g, Ser żółty 40g (2), herbata 1 torebka, rozspanka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2179.79 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 78.99 g; Węglowodany ogółem: 257.41 g; Witamina B12: 4.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.41 g; suma cukrów prostych: 58.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g; Magnez: 385.27 mg; Żelazo: 12.03 mg; Witamina A: 2928.19 mg; Witamina B6: 2.50 mg; Witamina C: 80.78 mg; Witamina E: 10.36 mg; Sód: 2459.56 mg; Wapń: 1157.60 mg;

wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 100g, brokuły z wody 100g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*,	Grycikowa 200ml*(1,8,13), jarzynka gotowana 100g(13), Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.73 kcal; Białko ogółem: 139.15 g; Tłuszcz: 109.23 g; Węglowodany ogółem: 199.45 g; Witamina B12: 5.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.64 g; suma cukrów prostych: 54.46 g; Błonnik pokarmowy: 20.80 g; Magnez: 408.70 mg; Żelazo: 13.10 mg; Witamina A: 2351.54 mg; Witamina B6: 3.82 mg; Witamina C: 168.27 mg; Witamina E: 9.68 mg; Sód: 1399.22 mg; Wapń: 967.04 mg;

wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser capresi 40g (2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13) ^A , filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(1,13), Ryż gotowany 200g, Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) ^A , ser capresi 40g (2), rozspanka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2920.89 kcal; Białko ogółem: 123.14 g; Tłuszcz: 103.31 g; Węglowodany ogółem: 375.33 g; Witamina B12: 5.64 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.97 g; suma cukrów prostych: 149.55 g; Błonnik pokarmowy: 19.78 g; Magnez: 338.32 mg; Żelazo: 11.58 mg; Witamina A: 3209.69 mg; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 97.94 mg; Witamina E: 12.69 mg; Sód: 3482.91 mg; Wapń: 1306.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-04-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)*, Racuchy z jabłkiem 2szt. , Sos waniliowy 100ml* (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, Rzodkiew biała 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.37 kcal; Białko ogółem: 94.98 g; Tłuszcz: 72.00 g; Węglowodany ogółem: 358.02 g; Witamina B12: 4.70 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.08 g; suma cukrów prostych: 100.21 g; Błonnik pokarmowy: 32.47 g; Magnez: 375.78 mg; Żelazo: 15.81 mg; Witamina A: 1436.18 mg; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 191.91 mg; Witamina E: 10.73 mg; Sód: 1765.30 mg; Wapń: 1079.04 mg;

środa 2026-04-15 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)*, Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2341.69 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 63.09 g; Węglowodany ogółem: 342.20 g; Witamina B12: 4.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.81 g; suma cukrów prostych: 108.00 g; Błonnik pokarmowy: 16.28 g; Magnez: 273.10 mg; Żelazo: 10.19 mg; Witamina A: 1168.58 mg; Witamina B6: 2.03 mg; Witamina C: 85.47 mg; Witamina E: 7.72 mg; Sód: 1526.66 mg; Wapń: 927.26 mg;

środa 2026-04-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)*, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Rzodkiew biała 90g ,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2427.68 kcal; Białko ogółem: 125.60 g; Tłuszcz: 70.96 g; Węglowodany ogółem: 312.12 g; Witamina B12: 5.42 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.35 g; suma cukrów prostych: 63.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g; Magnez: 389.85 mg; Żelazo: 15.56 mg; Witamina A: 1437.28 mg; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 184.27 mg; Witamina E: 9.30 mg; Sód: 2045.87 mg; Wapń: 1116.87 mg;

środa 2026-04-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, jabłko deserowe 1 szt. , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)*, Racuchy z jabłkiem 2szt. , Kompot b/c 300ml*, Sos waniliowy 100ml* (2),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2538.37 kcal; Białko ogółem: 99.28 g; Tłuszcz: 74.00 g; Węglowodany ogółem: 364.22 g; Witamina B12: 5.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.27 g; suma cukrów prostych: 104.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.47 g; Magnez: 392.78 mg; Żelazo: 15.91 mg; Witamina A: 1452.18 mg; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 192.91 mg; Witamina E: 10.76 mg; Sód: 1828.30 mg; Wapń: 1249.04 mg;

środa 2026-04-15 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)*, Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2341.69 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 63.09 g; Węglowodany ogółem: 342.20 g; Witamina B12: 4.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.81 g; suma cukrów prostych: 108.00 g; Błonnik pokarmowy: 16.28 g; Magnez: 273.10 mg; Żelazo: 10.19 mg; Witamina A: 1168.58 mg; Witamina B6: 2.03 mg; Witamina C: 85.47 mg; Witamina E: 7.72 mg; Sód: 1526.66 mg; Wapń: 927.26 mg;

środa 2026-04-15 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)*, Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)*, twaróg krajanka 50g(2), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2175.89 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 45.39 g; Węglowodany ogółem: 343.28 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.48 g; suma cukrów prostych: 109.49 g; Błonnik pokarmowy: 16.28 g; Magnez: 265.50 mg; Żelazo: 8.08 mg; Witamina A: 817.68 mg; Witamina B6: 1.98 mg; Witamina C: 85.47 mg; Witamina E: 6.75 mg; Sód: 1405.26 mg; Wapń: 926.66 mg;

środa 2026-04-15			Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , papryka świeża 90g , roszponka 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Racuchy z jabłkiem 2szt. , Kompot b/c 300ml*, Sos waniliowy 100ml* (2),		chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, Rzodkiew biała 90g , herbata 1 toreбка,		
					Posiłek nocny: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2588.37 kcal; Białko ogółem: 99.38 g; Tłuszcz: 81.20 g; Węglowodany ogółem: 359.50 g; Witamina B12: 5.14 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.48 g; suma cukrów prostych: 100.25 g; Błonnik pokarmowy: 32.47 g; Magnez: 384.58 mg; Żelazo: 16.01 mg; Witamina A: 1528.98 mg; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 191.91 mg; Witamina E: 10.93 mg; Sód: 2151.70 mg; Wapń: 1233.44 mg;

środa 2026-04-15			Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet pieczony z indyka 30g , Banan 1 szt, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , roszponka 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Racuchy z jabłkiem 2szt. , Kompot b/c 300ml*,		bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 toreбка,		
					Posiłek nocny: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.53 kcal; Białko ogółem: 86.18 g; Tłuszcz: 81.28 g; Węglowodany ogółem: 336.13 g; Witamina B12: 4.04 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 101.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.98 g; Magnez: 360.85 mg; Żelazo: 14.80 mg; Witamina A: 1203.38 mg; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 90.47 mg; Witamina E: 10.67 mg; Sód: 1665.27 mg; Wapń: 884.77 mg;

środa 2026-04-15			Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1 szt. , Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot b/c 300ml*,		chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, herbata 1 toreбка, Rzodkiew biała 90g		
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),					Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2427.68 kcal; Białko ogółem: 125.60 g; Tłuszcz: 70.96 g; Węglowodany ogółem: 312.12 g; Witamina B12: 5.42 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.35 g; suma cukrów prostych: 63.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g; Magnez: 389.85 mg; Żelazo: 15.56 mg; Witamina A: 1437.28 mg; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 184.27 mg; Witamina E: 9.30 mg; Sód: 2045.87 mg; Wapń: 1116.87 mg;

środa 2026-04-15			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 100g, Buraczki gotowane 100g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*,		Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 100g, ziemniaki 100g,		
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,				Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.63 kcal; Białko ogółem: 116.00 g; Tłuszcz: 91.43 g; Węglowodany ogółem: 263.57 g; Witamina B12: 6.04 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.82 g; suma cukrów prostych: 77.65 g; Błonnik pokarmowy: 18.85 g; Magnez: 381.95 mg; Żelazo: 12.48 mg; Witamina A: 1629.89 mg; Witamina B6: 3.66 mg; Witamina C: 161.77 mg; Witamina E: 7.93 mg; Sód: 1925.77 mg; Wapń: 1201.38 mg;

środa 2026-04-15			Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot b/c 300ml*,		masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, herbata 1 toreбка, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor malinowy 90g,		
					Posiłek nocny: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2503.19 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 74.24 g; Węglowodany ogółem: 345.33 g; Witamina B12: 5.42 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.21 g; suma cukrów prostych: 108.04 g; Błonnik pokarmowy: 16.28 g; Magnez: 281.90 mg; Żelazo: 10.39 mg; Witamina A: 1261.38 mg; Witamina B6: 2.09 mg; Witamina C: 85.47 mg; Witamina E: 7.92 mg; Sód: 1913.06 mg; Wapń: 1081.66 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), szynkowa dębowa 50g ^, gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt., ogórek kiszony 90g, roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2862.40 kcal; Białko ogółem: 109.51 g; Tłuszcz: 87.81 g; Węglowodany ogółem: 387.69 g; Witamina B12: 3.92 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.08 g; suma cukrów prostych: 73.87 g; Błonnik pokarmowy: 32.85 g; Magnez: 444.05 mg; Żelazo: 14.10 mg; Witamina A: 925.18 mg; Witamina B6: 3.37 mg; Witamina C: 100.72 mg; Witamina E: 8.90 mg; Sód: 4004.06 mg; Wapń: 877.94 mg;

czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), ziemniaki 200g*, Kompot b/c 300ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt., roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2551.04 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz: 77.89 g; Węglowodany ogółem: 336.01 g; Witamina B12: 3.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.15 g; suma cukrów prostych: 79.70 g; Błonnik pokarmowy: 24.47 g; Magnez: 320.69 mg; Żelazo: 11.69 mg; Witamina A: 941.44 mg; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 137.24 mg; Witamina E: 7.34 mg; Sód: 2132.49 mg; Wapń: 847.45 mg;

czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt., kielbasa szynkowa dębowa 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt., ogórek kiszony 90g, herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt.,		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2403.86 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 72.93 g; Węglowodany ogółem: 329.05 g; Witamina B12: 2.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.10 g; suma cukrów prostych: 76.39 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; Magnez: 480.03 mg; Żelazo: 16.12 mg; Witamina A: 889.00 mg; Witamina B6: 3.41 mg; Witamina C: 116.23 mg; Witamina E: 6.45 mg; Sód: 3807.31 mg; Wapń: 774.17 mg;

czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), szynkowa dębowa 50g ^, gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt., ogórek kiszony 90g, roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok owocowy 100% 200ml. 1szt.,		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2907.40 kcal; Białko ogółem: 109.61 g; Tłuszcz: 87.91 g; Węglowodany ogółem: 397.69 g; Witamina B12: 3.92 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.09 g; suma cukrów prostych: 83.07 g; Błonnik pokarmowy: 32.85 g; Magnez: 449.05 mg; Żelazo: 14.30 mg; Witamina A: 927.18 mg; Witamina B6: 3.40 mg; Witamina C: 103.02 mg; Witamina E: 8.91 mg; Sód: 4006.06 mg; Wapń: 886.94 mg;

czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), ziemniaki 200g*, Kompot b/c 300ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt., roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2551.04 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz: 77.89 g; Węglowodany ogółem: 336.01 g; Witamina B12: 3.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.15 g; suma cukrów prostych: 79.70 g; Błonnik pokarmowy: 24.47 g; Magnez: 320.69 mg; Żelazo: 11.69 mg; Witamina A: 941.44 mg; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 137.24 mg; Witamina E: 7.34 mg; Sód: 2132.49 mg; Wapń: 847.45 mg;

czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), ziemniaki 200g*, Kompot b/c 300ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*
--	--	-------------------------------------

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.14 kcal; Białko ogółem: 109.14 g; Tłuszcz: 51.35 g; Węglowodany ogółem: 336.06 g; Witamina B12: 3.09 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.33 g; suma cukrów prostych: 79.64 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g; Magnez: 315.79 mg; Żelazo: 11.02 mg; Witamina A: 858.84 mg; Witamina B6: 3.06 mg; Witamina C: 137.24 mg; Witamina E: 6.87 mg; Sód: 1704.39 mg; Wapń: 840.45 mg;

czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), szynkowa dębowa 50g ^, gruszka 1 szt., pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g, Ser żółty 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2996.00 kcal; Białko ogółem: 119.51 g; Tłuszcz: 98.21 g; Węglowodany ogółem: 387.73 g; Witamina B12: 4.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.28 g; suma cukrów prostych: 73.91 g; Błonnik pokarmowy: 32.85 g; Magnez: 456.45 mg; Żelazo: 14.38 mg; Witamina A: 1035.58 mg; Witamina B6: 3.38 mg; Witamina C: 100.72 mg; Witamina E: 9.06 mg; Sód: 4232.06 mg; Wapń: 1200.74 mg;

czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, ser żółty 20g. (2), mus warzywno-owocowy 100g, pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki 200g*, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , roszonek 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2539.70 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 93.68 g; Węglowodany ogółem: 301.59 g; Witamina B12: 3.56 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.53 g; suma cukrów prostych: 56.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.67 g; Magnez: 289.75 mg; Żelazo: 10.85 mg; Witamina A: 1038.38 mg; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 124.22 mg; Witamina E: 9.13 mg; Sód: 2747.56 mg; Wapń: 789.44 mg;

czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt., kielbasa szynkowa dębowa 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2403.86 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 72.93 g; Węglowodany ogółem: 329.05 g; Witamina B12: 2.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.10 g; suma cukrów prostych: 76.39 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; Magnez: 480.03 mg; Żelazo: 16.12 mg; Witamina A: 889.00 mg; Witamina B6: 3.41 mg; Witamina C: 116.23 mg; Witamina E: 6.45 mg; Sód: 3807.31 mg; Wapń: 774.17 mg;

czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Pomidorowa z ryżem 200ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 100g, Marchew gotowana 100 g, Masło 15g*(2), Kompot z owoców mroź. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Ryżowa 350ml(8,13), brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: ryżowa 400ml (13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.36 kcal; Białko ogółem: 124.13 g; Tłuszcz: 104.95 g; Węglowodany ogółem: 195.64 g; Witamina B12: 5.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.25 g; suma cukrów prostych: 61.84 g; Błonnik pokarmowy: 14.79 g; Magnez: 278.47 mg; Żelazo: 8.57 mg; Witamina A: 3508.90 mg; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 89.39 mg; Witamina E: 7.97 mg; Sód: 1641.98 mg; Wapń: 749.15 mg;

czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbasa szynkowa dębowa 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), twaróg krajanka 50g(2), pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), ziemniaki 200g*, Kompot b/c 300ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówki z fileta indyka 2szt. , roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2805.64 kcal; Białko ogółem: 121.46 g; Tłuszcz: 98.78 g; Węglowodany ogółem: 336.69 g; Witamina B12: 3.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.37 g; suma cukrów prostych: 79.70 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g; Magnez: 332.49 mg; Żelazo: 12.80 mg; Witamina A: 942.64 mg; Witamina B6: 3.30 mg; Witamina C: 137.24 mg; Witamina E: 7.65 mg; Sód: 2900.69 mg; Wapń: 855.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, sałatka z ogórkiem kisz150g (3,11,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.35 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz: 80.06 g; Węglowodany ogółem: 337.76 g; Witamina B12: 7.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.04 g; suma cukrów prostych: 101.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g; Magnez: 526.30 mg; Żelazo: 14.27 mg; Witamina A: 1979.37 mg; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 124.00 mg; Witamina E: 10.48 mg; Sód: 3383.41 mg; Wapń: 1137.59 mg;

piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g), bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z koperkiem 50g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.02 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 77.27 g; Węglowodany ogółem: 371.26 g; Witamina B12: 7.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.27 g; suma cukrów prostych: 137.70 g; Błonnik pokarmowy: 22.96 g; Magnez: 430.53 mg; Żelazo: 11.12 mg; Witamina A: 2033.09 mg; Witamina B6: 2.96 mg; Witamina C: 148.60 mg; Witamina E: 11.58 mg; Sód: 1966.50 mg; Wapń: 1218.18 mg;

piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2169.73 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 60.21 g; Węglowodany ogółem: 296.95 g; Witamina B12: 8.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.55 g; suma cukrów prostych: 88.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.43 g; Magnez: 473.41 mg; Żelazo: 13.74 mg; Witamina A: 2086.14 mg; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 141.17 mg; Witamina E: 8.61 mg; Sód: 2126.10 mg; Wapń: 997.57 mg;

piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, sałatka z ogórkiem kisz150g (3,11,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2518.80 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 81.42 g; Węglowodany ogółem: 345.94 g; Witamina B12: 7.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.31 g; suma cukrów prostych: 110.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.86 g; Magnez: 537.21 mg; Żelazo: 14.72 mg; Witamina A: 2131.18 mg; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 134.91 mg; Witamina E: 10.92 mg; Sód: 3667.05 mg; Wapń: 1152.14 mg;

piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g), bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z koperkiem 50g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.02 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 77.27 g; Węglowodany ogółem: 371.26 g; Witamina B12: 7.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.27 g; suma cukrów prostych: 137.70 g; Błonnik pokarmowy: 22.96 g; Magnez: 430.53 mg; Żelazo: 11.12 mg; Witamina A: 2033.09 mg; Witamina B6: 2.96 mg; Witamina C: 148.60 mg; Witamina E: 11.58 mg; Sód: 1966.50 mg; Wapń: 1218.18 mg;

piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g), bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z koperkiem 50g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2448.22 kcal; Białko ogółem: 96.86 g; Tłuszcz: 69.02 g; Węglowodany ogółem: 371.19 g; Witamina B12: 7.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.80 g; suma cukrów prostych: 137.64 g; Błonnik pokarmowy: 22.96 g; Magnez: 430.43 mg; Żelazo: 11.11 mg; Witamina A: 1951.69 mg; Witamina B6: 2.96 mg; Witamina C: 148.60 mg; Witamina E: 11.32 mg; Sód: 1965.60 mg; Wapń: 1216.58 mg;

piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Serek fromage 80g (2), Banan 1 szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, sałatka z ogórkiem kisz150g (3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2705.35 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 106.06 g; Węglowodany ogółem: 340.28 g; Witamina B12: 7.92 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.40 g; suma cukrów prostych: 103.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g; Magnez: 526.50 mg; Żelazo: 14.27 mg; Witamina A: 2230.57 mg; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 124.80 mg; Witamina E: 11.36 mg; Sód: 3376.01 mg; Wapń: 1037.19 mg;

piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 100g (2) 1szt, masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), kakao b/cukru 300ml (1,2), Banan 1 szt, dżem 25g - 1 szt., szpinak 10g, pomidor malinowy 90g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2418.99 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; Węglowodany ogółem: 340.45 g; Witamina B12: 7.73 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.97 g; suma cukrów prostych: 133.67 g; Błonnik pokarmowy: 21.75 g; Magnez: 379.13 mg; Żelazo: 11.79 mg; Witamina A: 2221.71 mg; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 171.66 mg; Witamina E: 14.02 mg; Sód: 1773.03 mg; Wapń: 867.54 mg;

piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2169.73 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 60.21 g; Węglowodany ogółem: 296.95 g; Witamina B12: 8.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.55 g; suma cukrów prostych: 88.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.43 g; Magnez: 473.41 mg; Żelazo: 13.74 mg; Witamina A: 2086.14 mg; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 141.17 mg; Witamina E: 8.61 mg; Sód: 2126.10 mg; Wapń: 997.57 mg;

piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
kakao bez cukru 250ml (2), Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 100g, bukiet warzyw królewski 120g, Masło 10g(2),	herbata bez cukru 250ml, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki 100g, Masło 10g(2),
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2068.68 kcal; Białko ogółem: 114.17 g; Tłuszcz: 86.65 g; Węglowodany ogółem: 219.53 g; Witamina B12: 4.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.54 g; suma cukrów prostych: 47.53 g; Błonnik pokarmowy: 22.27 g; Magnez: 418.65 mg; Żelazo: 10.91 mg; Witamina A: 2147.29 mg; Witamina B6: 3.82 mg; Witamina C: 205.72 mg; Witamina E: 7.72 mg; Sód: 801.24 mg; Wapń: 1113.21 mg;

piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), miód 2szt. (50g), szpinak 10g,	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z koperkiem 50g(2), filet zapiekany z indyka 30g (11,13), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.32 kcal; Białko ogółem: 114.37 g; Tłuszcz: 68.80 g; Węglowodany ogółem: 372.76 g; Witamina B12: 7.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.10 g; suma cukrów prostych: 140.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.96 g; Magnez: 428.93 mg; Żelazo: 11.08 mg; Witamina A: 1944.29 mg; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 148.60 mg; Witamina E: 11.38 mg; Sód: 1612.90 mg; Wapń: 1140.58 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-04-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g, gruszka 1 szt., roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), kotlet mielony 130g (1,3,13), kasza pęczak 200g(1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka świeża 90g, rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.54 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 75.04 g; Węglowodany ogółem: 303.52 g; Witamina B12: 3.87 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.03 g; suma cukrów prostych: 83.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; Magnez: 314.36 mg; Żelazo: 11.98 mg; Witamina A: 1274.14 mg; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 203.80 mg; Witamina E: 12.03 mg; Sód: 2924.43 mg; Wapń: 939.14 mg;

sobota 2026-04-18 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2002.36 kcal; Białko ogółem: 93.60 g; Tłuszcz: 60.12 g; Węglowodany ogółem: 274.89 g; Witamina B12: 3.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.78 g; suma cukrów prostych: 72.20 g; Błonnik pokarmowy: 20.76 g; Magnez: 231.16 mg; Żelazo: 7.99 mg; Witamina A: 1063.76 mg; Witamina B6: 1.72 mg; Witamina C: 107.14 mg; Witamina E: 8.43 mg; Sód: 2773.89 mg; Wapń: 929.07 mg;

sobota 2026-04-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g, gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), kasza pęczak 200g(1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka świeża 90g, herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2049.30 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 61.50 g; Węglowodany ogółem: 278.63 g; Witamina B12: 2.73 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.24 g; suma cukrów prostych: 73.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g; Magnez: 324.01 mg; Żelazo: 12.52 mg; Witamina A: 1425.49 mg; Witamina B6: 1.80 mg; Witamina C: 218.28 mg; Witamina E: 10.83 mg; Sód: 3351.75 mg; Wapń: 873.57 mg;

sobota 2026-04-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g, gruszka 1 szt., roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), kotlet mielony 130g (1,3,13), kasza pęczak 200g(1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka świeża 90g, rukola 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.00 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 70.58 g; Węglowodany ogółem: 319.96 g; Witamina B12: 3.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.59 g; suma cukrów prostych: 83.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g; Magnez: 310.46 mg; Żelazo: 11.65 mg; Witamina A: 1265.59 mg; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 203.81 mg; Witamina E: 11.84 mg; Sód: 3898.75 mg; Wapń: 935.96 mg;

sobota 2026-04-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2002.36 kcal; Białko ogółem: 93.60 g; Tłuszcz: 60.12 g; Węglowodany ogółem: 274.89 g; Witamina B12: 3.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.78 g; suma cukrów prostych: 72.20 g; Błonnik pokarmowy: 20.76 g; Magnez: 231.16 mg; Żelazo: 7.99 mg; Witamina A: 1063.76 mg; Witamina B6: 1.72 mg; Witamina C: 107.14 mg; Witamina E: 8.43 mg; Sód: 2773.89 mg; Wapń: 929.07 mg;

sobota 2026-04-18 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350ml (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rozspanka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1927.56 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 51.87 g; Węglowodany ogółem: 274.82 g; Witamina B12: 3.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.31 g; suma cukrów prostych: 72.14 g; Błonnik pokarmowy: 20.76 g; Magnez: 231.06 mg; Żelazo: 7.98 mg; Witamina A: 982.36 mg; Witamina B6: 1.72 mg; Witamina C: 107.14 mg; Witamina E: 8.18 mg; Sód: 2772.99 mg; Wapń: 927.47 mg;

sobota 2026-04-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt., rozspanka 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), kotlet mielony 130g (1,3,13), kasza pęczak 200g.(1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka świeża 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.00 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 70.19 g; Węglowodany ogółem: 305.51 g; Witamina B12: 4.12 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.73 g; suma cukrów prostych: 85.48 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g; Magnez: 314.96 mg; Żelazo: 11.75 mg; Witamina A: 1268.09 mg; Witamina B6: 2.18 mg; Witamina C: 203.81 mg; Witamina E: 11.85 mg; Sód: 3919.25 mg; Wapń: 983.96 mg;

sobota 2026-04-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser żółty 20g. (2), Pomidorki koktajlowe 90g , rozspanka 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), kotlet mielony 130g (1,3,13), kasza pęczak 200g.(1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2050.18 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 75.37 g; Węglowodany ogółem: 253.31 g; Witamina B12: 2.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.24 g; suma cukrów prostych: 68.07 g; Błonnik pokarmowy: 14.90 g; Magnez: 227.36 mg; Żelazo: 9.91 mg; Witamina A: 895.93 mg; Witamina B6: 1.52 mg; Witamina C: 83.61 mg; Witamina E: 9.98 mg; Sód: 3533.79 mg; Wapń: 756.12 mg;

sobota 2026-04-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), rozspanka 10g, pomidor malinowy 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), kasza pęczak 200g.(1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), papryka świeża 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2049.30 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 61.50 g; Węglowodany ogółem: 278.63 g; Witamina B12: 2.73 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.24 g; suma cukrów prostych: 73.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g; Magnez: 324.01 mg; Żelazo: 12.52 mg; Witamina A: 1425.49 mg; Witamina B6: 1.80 mg; Witamina C: 218.28 mg; Witamina E: 10.83 mg; Sód: 3351.75 mg; Wapń: 873.57 mg;

sobota 2026-04-18 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 100g, Szcypak gotowany 120g^, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczerek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2164.27 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 101.75 g; Węglowodany ogółem: 201.83 g; Witamina B12: 5.03 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.65 g; suma cukrów prostych: 57.68 g; Błonnik pokarmowy: 19.81 g; Magnez: 394.35 mg; Żelazo: 13.47 mg; Witamina A: 4362.39 mg; Witamina B6: 3.56 mg; Witamina C: 117.05 mg; Witamina E: 9.80 mg; Sód: 1927.91 mg; Wapń: 841.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-04-18		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser capresi 40g (2), Pomidorki koktajlowe 90g , roszonek 10g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twarożek z koperkiem 60g (2), rukola 10g, kielbasa szynkowa dębowa 40g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2159.56 kcal; Białko ogółem: 105.72 g; Tłuszcz: 70.96 g; Węglowodany ogółem: 276.77 g; Witamina B12: 3.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.88 g; suma cukrów prostych: 72.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.76 g; Magnez: 245.56 mg; Żelazo: 8.55 mg; Witamina A: 1156.56 mg; Witamina B6: 1.88 mg; Witamina C: 107.14 mg; Witamina E: 8.71 mg; Sód: 3433.09 mg; Wapń: 1085.47 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-04-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 165g, pomidor malinowy 90g, szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2337.82 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 79.88 g; Węglowodany ogółem: 300.01 g; Witamina B12: 3.80 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.86 g; suma cukrów prostych: 77.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.68 g; Magnez: 389.18 mg; Żelazo: 10.42 mg; Witamina A: 1253.19 mg; Witamina B6: 2.89 mg; Witamina C: 181.99 mg; Witamina E: 10.89 mg; Sód: 3407.51 mg; Wapń: 1257.90 mg;

niedziela 2026-04-19 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 90g, szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, roszponka 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.96 kcal; Białko ogółem: 114.09 g; Tłuszcz: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 291.88 g; Witamina B12: 3.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.04 g; suma cukrów prostych: 74.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.11 g; Magnez: 317.04 mg; Żelazo: 11.24 mg; Witamina A: 1283.10 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 133.88 mg; Witamina E: 7.37 mg; Sód: 2613.91 mg; Wapń: 1024.95 mg;

niedziela 2026-04-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 165g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 90g , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2199.65 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 75.82 g; Węglowodany ogółem: 260.35 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; suma cukrów prostych: 68.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g; Magnez: 424.68 mg; Żelazo: 14.04 mg; Witamina A: 1535.12 mg; Witamina B6: 3.22 mg; Witamina C: 190.87 mg; Witamina E: 11.07 mg; Sód: 3485.48 mg; Wapń: 862.92 mg;

niedziela 2026-04-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 165g, pomidor malinowy 90g, szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.82 kcal; Białko ogółem: 110.10 g; Tłuszcz: 81.88 g; Węglowodany ogółem: 304.71 g; Witamina B12: 4.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.05 g; suma cukrów prostych: 81.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.68 g; Magnez: 399.18 mg; Żelazo: 10.52 mg; Witamina A: 1269.19 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 181.99 mg; Witamina E: 10.92 mg; Sód: 3445.51 mg; Wapń: 1360.90 mg;

niedziela 2026-04-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 90g, szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, roszponka 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.96 kcal; Białko ogółem: 114.09 g; Tłuszcz: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 291.88 g; Witamina B12: 3.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.04 g; suma cukrów prostych: 74.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.11 g; Magnez: 317.04 mg; Żelazo: 11.24 mg; Witamina A: 1283.10 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 133.88 mg; Witamina E: 7.37 mg; Sód: 2613.91 mg; Wapń: 1024.95 mg;

niedziela 2026-04-19 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 90g, szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, roszponka 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2201.16 kcal; Białko ogółem: 114.02 g; Tłuszcz: 66.02 g; Węglowodany ogółem: 291.81 g; Witamina B12: 3.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.56 g; suma cukrów prostych: 74.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.11 g; Magnez: 316.94 mg; Żelazo: 11.23 mg; Witamina A: 1201.70 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 133.88 mg; Witamina E: 7.12 mg; Sód: 2613.01 mg; Wapń: 1023.35 mg;

niedziela 2026-04-19		
Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Platki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 165g, pomidor malinowy 90g, szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2), serek homo waniliowy 60g (2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.62 kcal; Białko ogółem: 116.78 g; Tłuszcz: 82.40 g; Węglowodany ogółem: 307.99 g; Witamina B12: 4.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.37 g; suma cukrów prostych: 85.60 g; Błonnik pokarmowy: 30.68 g; Magnez: 393.98 mg; Żelazo: 10.54 mg; Witamina A: 1274.19 mg; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 181.99 mg; Witamina E: 10.94 mg; Sód: 3431.51 mg; Wapń: 1308.90 mg;

niedziela 2026-04-19		
Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, pomidor malinowy 90g, szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, sok pomidorowy 200ml 1szt, herbata 1 torebka, roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.37 kcal; Białko ogółem: 106.52 g; Tłuszcz: 76.12 g; Węglowodany ogółem: 289.00 g; Witamina B12: 3.04 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.13 g; suma cukrów prostych: 93.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g; Magnez: 292.64 mg; Żelazo: 9.15 mg; Witamina A: 1382.01 mg; Witamina B6: 2.88 mg; Witamina C: 212.52 mg; Witamina E: 12.00 mg; Sód: 2434.34 mg; Wapń: 813.54 mg;

niedziela 2026-04-19		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 165g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 90g , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2199.65 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 75.82 g; Węglowodany ogółem: 260.35 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; suma cukrów prostych: 68.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g; Magnez: 424.68 mg; Żelazo: 14.04 mg; Witamina A: 1535.12 mg; Witamina B6: 3.22 mg; Witamina C: 190.87 mg; Witamina E: 11.07 mg; Sód: 3485.48 mg; Wapń: 862.92 mg;

niedziela 2026-04-19		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 100g, Buraczki gotowane 100g^,	herbata bez cukru 250ml, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Marchew gotowana 100 g, ziemniaki 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 200ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.75 kcal; Białko ogółem: 128.83 g; Tłuszcz: 105.06 g; Węglowodany ogółem: 186.51 g; Witamina B12: 5.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.53 g; suma cukrów prostych: 45.11 g; Błonnik pokarmowy: 17.97 g; Magnez: 367.16 mg; Żelazo: 12.40 mg; Witamina A: 2943.60 mg; Witamina B6: 3.81 mg; Witamina C: 94.77 mg; Witamina E: 6.26 mg; Sód: 1629.27 mg; Wapń: 965.16 mg;

niedziela 2026-04-19		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Platki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 90g, szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, twarożek 50g(2)^, Pomidorki koktajlowe 90g , roszonek 10g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.96 kcal; Białko ogółem: 129.64 g; Tłuszcz: 76.37 g; Węglowodany ogółem: 310.83 g; Witamina B12: 4.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.59 g; suma cukrów prostych: 92.85 g; Błonnik pokarmowy: 26.21 g; Magnez: 322.54 mg; Żelazo: 11.09 mg; Witamina A: 1317.60 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 134.58 mg; Witamina E: 7.34 mg; Sód: 2329.41 mg; Wapń: 1149.45 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-04-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Szynka Ojca Grzegorza 50g, Banan 1 szt, rukola 10g, papryka świeża 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), ogórek świeży 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2932.93 kcal; Białko ogółem: 131.24 g; Tłuszcz: 82.30 g; Węglowodany ogółem: 423.16 g; Witamina B12: 6.63 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.56 g; suma cukrów prostych: 95.75 g; Błonnik pokarmowy: 44.08 g; Magnez: 562.90 mg; Żelazo: 17.68 mg; Witamina A: 1197.73 mg; Witamina B6: 4.92 mg; Witamina C: 240.86 mg; Witamina E: 9.53 mg; Sód: 4427.27 mg; Wapń: 928.57 mg;

poniedziałek 2026-04-20 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	marchewkowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.54 kcal; Białko ogółem: 98.61 g; Tłuszcz: 74.62 g; Węglowodany ogółem: 336.26 g; Witamina B12: 6.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.85 g; suma cukrów prostych: 98.63 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g; Magnez: 356.37 mg; Żelazo: 9.53 mg; Witamina A: 2241.00 mg; Witamina B6: 3.89 mg; Witamina C: 124.35 mg; Witamina E: 8.82 mg; Sód: 3580.69 mg; Wapń: 936.09 mg;

poniedziałek 2026-04-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka z ziarnami 70g (1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2738.63 kcal; Białko ogółem: 125.51 g; Tłuszcz: 88.32 g; Węglowodany ogółem: 366.14 g; Witamina B12: 6.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.41 g; suma cukrów prostych: 83.80 g; Błonnik pokarmowy: 41.49 g; Magnez: 577.20 mg; Żelazo: 17.99 mg; Witamina A: 800.63 mg; Witamina B6: 4.57 mg; Witamina C: 113.56 mg; Witamina E: 7.71 mg; Sód: 4462.87 mg; Wapń: 975.47 mg;

poniedziałek 2026-04-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Szynka Ojca Grzegorza 50g, Banan 1 szt, rukola 10g, papryka świeża 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), ogórek świeży 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2992.93 kcal; Białko ogółem: 135.54 g; Tłuszcz: 84.30 g; Węglowodany ogółem: 429.36 g; Witamina B12: 7.13 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.75 g; suma cukrów prostych: 99.95 g; Błonnik pokarmowy: 44.08 g; Magnez: 579.90 mg; Żelazo: 17.78 mg; Witamina A: 1213.73 mg; Witamina B6: 4.98 mg; Witamina C: 241.86 mg; Witamina E: 9.56 mg; Sód: 4490.27 mg; Wapń: 1098.57 mg;

poniedziałek 2026-04-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	marchewkowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.54 kcal; Białko ogółem: 98.61 g; Tłuszcz: 74.62 g; Węglowodany ogółem: 336.26 g; Witamina B12: 6.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.85 g; suma cukrów prostych: 98.63 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g; Magnez: 356.37 mg; Żelazo: 9.53 mg; Witamina A: 2241.00 mg; Witamina B6: 3.89 mg; Witamina C: 124.35 mg; Witamina E: 8.82 mg; Sód: 3580.69 mg; Wapń: 936.09 mg;

poniedziałek 2026-04-20 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	marchewkowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 toreбка,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2229.94 kcal; Białko ogółem: 100.24 g; Tłuszcz: 55.76 g; Węglowodany ogółem: 336.55 g; Witamina B12: 6.46 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.55 g; suma cukrów prostych: 98.82 g; Błonnik pokarmowy: 20.62 g; Magnez: 348.47 mg; Żelazo: 8.74 mg; Witamina A: 2158.40 mg; Witamina B6: 3.78 mg; Witamina C: 124.35 mg; Witamina E: 8.31 mg; Sód: 3537.59 mg; Wapń: 925.49 mg;

poniedziałek 2026-04-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Szyntka Ojca Grzegorza 50g, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), ogórek świeży 90g , Mix sałat 10g, herbata 1 toreбка,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2981.93 kcal; Białko ogółem: 141.14 g; Tłuszcz: 82.55 g; Węglowodany ogółem: 424.91 g; Witamina B12: 7.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.70 g; suma cukrów prostych: 97.30 g; Błonnik pokarmowy: 44.08 g; Magnez: 567.40 mg; Żelazo: 17.78 mg; Witamina A: 1200.23 mg; Witamina B6: 4.96 mg; Witamina C: 240.86 mg; Witamina E: 9.54 mg; Sód: 4447.77 mg; Wapń: 976.57 mg;

poniedziałek 2026-04-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Szyntka Ojca Grzegorza 50g, Banan 1 szt, ser capresi 40g (2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ogórek świeży 90g , Mix sałat 10g, herbata 1 toreбка,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2662.43 kcal; Białko ogółem: 120.98 g; Tłuszcz: 92.10 g; Węglowodany ogółem: 344.79 g; Witamina B12: 6.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.83 g; suma cukrów prostych: 82.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g; Magnez: 449.00 mg; Żelazo: 14.91 mg; Witamina A: 892.63 mg; Witamina B6: 4.30 mg; Witamina C: 128.96 mg; Witamina E: 8.07 mg; Sód: 4052.17 mg; Wapń: 794.57 mg;

poniedziałek 2026-04-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka z ziarnami 70g (1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 toreбка,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2738.63 kcal; Białko ogółem: 125.51 g; Tłuszcz: 88.32 g; Węglowodany ogółem: 366.14 g; Witamina B12: 6.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.41 g; suma cukrów prostych: 83.80 g; Błonnik pokarmowy: 41.49 g; Magnez: 577.20 mg; Żelazo: 17.99 mg; Witamina A: 800.63 mg; Witamina B6: 4.57 mg; Witamina C: 113.56 mg; Witamina E: 7.71 mg; Sód: 4462.87 mg; Wapń: 975.47 mg;

poniedziałek 2026-04-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 100g, bukiet warzyw diet100gm,	Ryżowa 400ml* (8,13), ziemniaki 100g, brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
	Podwieczorek: Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.75 kcal; Białko ogółem: 136.41 g; Tłuszcz: 88.74 g; Węglowodany ogółem: 238.83 g; Witamina B12: 4.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.20 g; suma cukrów prostych: 54.02 g; Błonnik pokarmowy: 19.45 g; Magnez: 408.55 mg; Żelazo: 10.50 mg; Witamina A: 1597.53 mg; Witamina B6: 4.39 mg; Witamina C: 177.28 mg; Witamina E: 7.55 mg; Sód: 2015.10 mg; Wapń: 1055.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-04-20		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Szyńka Ojca Grzegorza 50g, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	marchewkowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki 200g*, Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), herbata 1 torebka, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2613.34 kcal; Białko ogółem: 116.06 g; Tłuszcz: 88.73 g; Węglowodany ogółem: 337.00 g; Witamina B12: 7.29 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.26 g; suma cukrów prostych: 98.63 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g; Magnez: 371.17 mg; Żelazo: 10.76 mg; Witamina A: 2242.20 mg; Witamina B6: 4.11 mg; Witamina C: 124.35 mg; Witamina E: 9.18 mg; Sód: 4324.89 mg; Wapń: 947.59 mg;

Dietetyk

.....