

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, pomidorki koktajlowe 100g [^] , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13) [^] , filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g(1,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.55 kcal; Białko ogółem: 107.89 g; Tłuszcz: 71.50 g; Węglowodany ogółem: 312.38 g; Witamina B12: 3.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.83 g; suma cukrów prostych: 81.90 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g; Magnez: 359.53 mg; Żelazo: 11.34 mg; Witamina A: 1353.16 mg; Witamina B6: 3.27 mg; Witamina C: 235.30 mg; Witamina E: 12.15 mg; Sód: 2889.77 mg; Wapń: 1004.23 mg;

sobota 2026-08-01 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	krupnik 400ml (1,8,13) [^] , filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g(1,13), ziemniaki gotowane 200g , buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , schab na kartki 50g*, pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.32 kcal; Białko ogółem: 114.20 g; Tłuszcz: 67.04 g; Węglowodany ogółem: 291.78 g; Witamina B12: 2.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.40 g; suma cukrów prostych: 74.04 g; Błonnik pokarmowy: 16.73 g; Magnez: 297.41 mg; Żelazo: 10.15 mg; Witamina A: 877.82 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 108.70 mg; Witamina E: 9.32 mg; Sód: 2547.50 mg; Wapń: 832.33 mg;

sobota 2026-08-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), pomidorki koktajlowe 100g [^] ,	krupnik 400ml (1,8,13) [^] , filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g(1,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), papryka św.100g , 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]: 2241.95 kcal; Białko ogółem: 106.06 g; Tłuszcz: 74.11 g; Węglowodany ogółem: 287.14 g; Witamina B12: 2.97 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.04 g; suma cukrów prostych: 71.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g; Magnez: 393.43 mg; Żelazo: 12.91 mg; Witamina A: 1349.36 mg; Witamina B6: 3.25 mg; Witamina C: 232.30 mg; Witamina E: 12.64 mg; Sód: 2778.17 mg; Wapń: 919.03 mg;

sobota 2026-08-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, pomidorki koktajlowe 100g [^] , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13) [^] , filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g(1,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), papryka św.100g , 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]: 2410.55 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 72.14 g; Węglowodany ogółem: 328.58 g; Witamina B12: 3.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.83 g; suma cukrów prostych: 81.90 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g; Magnez: 359.53 mg; Żelazo: 11.34 mg; Witamina A: 1353.16 mg; Witamina B6: 3.27 mg; Witamina C: 235.30 mg; Witamina E: 12.15 mg; Sód: 2889.77 mg; Wapń: 1004.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-08-01 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)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	krupnik 400ml (1,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g(1,13), ziemniaki gotowane 200g , buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.32 kcal; Białko ogółem: 114.20 g; Tłuszcz: 67.04 g; Węglowodany ogółem: 291.78 g; Witamina B12: 2.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.40 g; suma cukrów prostych: 74.04 g; Błonnik pokarmowy: 16.73 g; Magnez: 297.41 mg; Żelazo: 10.15 mg; Witamina A: 877.82 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 108.70 mg; Witamina E: 9.32 mg; Sód: 2547.50 mg; Wapń: 832.33 mg;

sobota 2026-08-01 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	krupnik 400ml (1,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g(1,13), ziemniaki gotowane 200g , buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2145.52 kcal; Białko ogółem: 114.13 g; Tłuszcz: 58.79 g; Węglowodany ogółem: 291.71 g; Witamina B12: 2.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.93 g; suma cukrów prostych: 73.98 g; Błonnik pokarmowy: 16.73 g; Magnez: 297.31 mg; Żelazo: 10.14 mg; Witamina A: 796.42 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 108.70 mg; Witamina E: 9.07 mg; Sód: 2546.60 mg; Wapń: 830.73 mg;

sobota 2026-08-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, pomidorki koktajlowe 100g^, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g(1,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.55 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 71.75 g; Węglowodany ogółem: 314.13 g; Witamina B12: 3.78 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.97 g; suma cukrów prostych: 83.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g; Magnez: 364.03 mg; Żelazo: 11.44 mg; Witamina A: 1355.66 mg; Witamina B6: 3.31 mg; Witamina C: 235.30 mg; Witamina E: 12.15 mg; Sód: 2910.27 mg; Wapń: 1052.23 mg;

sobota 2026-08-01 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 100g^, kakao b/cukru 300ml (1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g(1,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), herbata 1 torebka, pomidor malinowy 100g,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.43 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 77.22 g; Węglowodany ogółem: 261.23 g; Witamina B12: 2.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 65.87 g; Błonnik pokarmowy: 15.98 g; Magnez: 280.03 mg; Żelazo: 9.76 mg; Witamina A: 941.40 mg; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 103.00 mg; Witamina E: 10.12 mg; Sód: 2525.61 mg; Wapń: 827.89 mg;

sobota 2026-08-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), pomidorki koktajlowe 100g^,	krupnik 400ml (1,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g(1,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), papryka św.100g , 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]: 2241.95 kcal; Białko ogółem: 106.06 g; Tłuszcz: 74.11 g; Węglowodany ogółem: 287.14 g; Witamina B12: 2.97 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.04 g; suma cukrów prostych: 71.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g; Magnez: 393.43 mg; Żelazo: 12.91 mg; Witamina A: 1349.36 mg; Witamina B6: 3.25 mg; Witamina C: 232.30 mg; Witamina E: 12.64 mg; Sód: 2778.17 mg; Wapń: 919.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-08-01 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 100g, Szpinak gotowany z olejem 120g^, Masło 10g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), 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]: 2222.71 kcal; Białko ogółem: 120.54 g; Tłuszcz: 102.06 g; Węglowodany ogółem: 203.17 g; Witamina B12: 5.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.01 g; suma cukrów prostych: 56.42 g; Błonnik pokarmowy: 15.43 g; Magnez: 346.40 mg; Żelazo: 12.22 mg; Witamina A: 3591.84 mg; Witamina B6: 3.61 mg; Witamina C: 112.25 mg; Witamina E: 7.99 mg; Sód: 916.34 mg; Wapń: 808.77 mg;

sobota 2026-08-01 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(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 100g,	krupnik 400ml (1,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie pietruszkowym 80g(1,13), ziemniaki gotowane 200g , buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), twaróg krajanka 50g(2), pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.82 kcal; Białko ogółem: 122.90 g; Tłuszcz: 84.14 g; Węglowodany ogółem: 295.94 g; Witamina B12: 4.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.59 g; suma cukrów prostych: 75.67 g; Błonnik pokarmowy: 16.73 g; Magnez: 319.51 mg; Żelazo: 10.65 mg; Witamina A: 1065.92 mg; Witamina B6: 2.89 mg; Witamina C: 108.70 mg; Witamina E: 9.73 mg; Sód: 3340.80 mg; Wapń: 1189.13 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-02 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 1szt. 150g, pomidorki koktajlowe 100g [^] , kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g [^] , ogórek kiszony 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2270.32 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 81.58 g; Węglowodany ogółem: 280.86 g; Witamina B12: 4.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.26 g; suma cukrów prostych: 70.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g; Magnez: 382.93 mg; Żelazo: 10.65 mg; Witamina A: 3104.19 mg; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 97.03 mg; Witamina E: 9.56 mg; Sód: 3682.91 mg; Wapń: 1225.55 mg;

niedziela 2026-08-02 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 100g [^] ,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , szynkowa dębowa 50g [^] , herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186.50 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 82.35 g; Węglowodany ogółem: 257.88 g; Witamina B12: 4.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.97 g; suma cukrów prostych: 62.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g; Magnez: 294.77 mg; Żelazo: 8.97 mg; Witamina A: 1578.79 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 186.21 mg; Witamina E: 9.30 mg; Sód: 2507.39 mg; Wapń: 1114.18 mg;

niedziela 2026-08-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), pomidorki koktajlowe 100g [^] ,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, szynkowa dębowa 50g [^] , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2047.75 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 74.56 g; Węglowodany ogółem: 226.68 g; Witamina B12: 4.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.27 g; suma cukrów prostych: 56.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.50 g; Magnez: 415.38 mg; Żelazo: 14.09 mg; Witamina A: 1737.50 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 172.22 mg; Witamina E: 9.63 mg; Sód: 3668.03 mg; Wapń: 795.73 mg;

niedziela 2026-08-02 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 1szt. 150g, pomidorki koktajlowe 100g [^] , kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g [^] , ogórek kiszony 100g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.32 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 83.58 g; Węglowodany ogółem: 285.56 g; Witamina B12: 4.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.45 g; suma cukrów prostych: 75.05 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g; Magnez: 392.93 mg; Żelazo: 10.75 mg; Witamina A: 3120.19 mg; Witamina B6: 2.60 mg; Witamina C: 97.03 mg; Witamina E: 9.59 mg; Sód: 3720.91 mg; Wapń: 1328.55 mg;

niedziela 2026-08-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 100g [^] ,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13) [^] , podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1) [^] , szynkowa dębowa 50g [^] , herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186.50 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 82.35 g; Węglowodany ogółem: 257.88 g; Witamina B12: 4.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.97 g; suma cukrów prostych: 62.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g; Magnez: 294.77 mg; Żelazo: 8.97 mg; Witamina A: 1578.79 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 186.21 mg; Witamina E: 9.30 mg; Sód: 2507.39 mg; Wapń: 1114.18 mg;

niedziela 2026-08-02		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 100g^,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1948.40 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 55.52 g; Węglowodany ogółem: 257.81 g; Witamina B12: 3.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.14 g; suma cukrów prostych: 62.43 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g; Magnez: 291.27 mg; Żelazo: 8.07 mg; Witamina A: 1465.19 mg; Witamina B6: 2.70 mg; Witamina C: 186.21 mg; Witamina E: 8.68 mg; Sód: 2023.39 mg; Wapń: 1100.79 mg;

niedziela 2026-08-02		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc 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 1szt. 150g, pomidorki koktajlowe 100g^, 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 gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g ^, ogórek kiszony 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.12 kcal; Białko ogółem: 115.15 g; Tłuszcz: 84.10 g; Węglowodany ogółem: 288.84 g; Witamina B12: 4.41 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.78 g; suma cukrów prostych: 78.69 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g; Magnez: 387.73 mg; Żelazo: 10.77 mg; Witamina A: 3125.19 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 97.03 mg; Witamina E: 9.61 mg; Sód: 3706.91 mg; Wapń: 1276.55 mg;

niedziela 2026-08-02		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 100g^, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g ^, sok pomidorowy 200ml 1szt, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2196.07 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 77.69 g; Węglowodany ogółem: 267.79 g; Witamina B12: 3.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.49 g; suma cukrów prostych: 85.13 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g; Magnez: 275.34 mg; Żelazo: 8.94 mg; Witamina A: 3135.61 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 107.84 mg; Witamina E: 9.64 mg; Sód: 2632.54 mg; Wapń: 771.90 mg;

niedziela 2026-08-02		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), pomidorki koktajlowe 100g^,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, szynkowa dębowa 50g ^, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2047.75 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 74.56 g; Węglowodany ogółem: 226.68 g; Witamina B12: 4.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.27 g; suma cukrów prostych: 56.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.50 g; Magnez: 415.38 mg; Żelazo: 14.09 mg; Witamina A: 1737.50 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 172.22 mg; Witamina E: 9.63 mg; Sód: 3668.03 mg; Wapń: 795.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-08-02		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 mroż. bez cukru 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), buraczki gotowane z olejem 120g,	herbata bez cukru 250ml, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana z olejem 120g^, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 100g,
	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]: 2228.49 kcal; Białko ogółem: 132.69 g; Tłuszcz: 112.84 g; Węglowodany ogółem: 170.69 g; Witamina B12: 6.03 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.45 g; suma cukrów prostych: 49.25 g; Błonnik pokarmowy: 17.05 g; Magnez: 356.52 mg; Żelazo: 12.35 mg; Witamina A: 3182.33 mg; Witamina B6: 3.70 mg; Witamina C: 85.24 mg; Witamina E: 7.28 mg; Sód: 1086.20 mg; Wapń: 977.32 mg;

niedziela 2026-08-02		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 100g^,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, herbata 1 torebka, twarożek z zieloną pietruszką 50g(2), Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.97 kcal; Białko ogółem: 126.37 g; Tłuszcz: 77.31 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; Witamina B12: 4.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.99 g; suma cukrów prostych: 81.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g; Magnez: 300.54 mg; Żelazo: 9.22 mg; Witamina A: 1547.55 mg; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 192.24 mg; Witamina E: 9.27 mg; Sód: 2178.66 mg; Wapń: 1092.57 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-03 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 gotowane 1 szt. 52g (3), arbuz 150g*, rukola 10g, papryka świeża 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, ryż brązowy gotowany 200g, Filet z miruny parowany 100g (4,13), surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*, 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: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2675.44 kcal; Białko ogółem: 113.57 g; Tłuszcz: 80.99 g; Węglowodany ogółem: 372.25 g; Witamina B12: 7.84 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.02 g; suma cukrów prostych: 77.19 g; Błonnik pokarmowy: 41.41 g; Magnez: 491.15 mg; Żelazo: 16.50 mg; Witamina A: 2817.38 mg; Witamina B6: 3.53 mg; Witamina C: 247.62 mg; Witamina E: 12.38 mg; Sód: 3341.91 mg; Wapń: 948.62 mg;

poniedziałek 2026-08-03 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos grecki (1,2,13) 120 g, Ryż gotowany 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: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2362.79 kcal; Białko ogółem: 101.73 g; Tłuszcz: 79.78 g; Węglowodany ogółem: 307.67 g; Witamina B12: 6.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.54 g; suma cukrów prostych: 71.61 g; Błonnik pokarmowy: 16.00 g; Magnez: 291.09 mg; Żelazo: 9.26 mg; Witamina A: 1953.85 mg; Witamina B6: 2.12 mg; Witamina C: 126.25 mg; Witamina E: 12.34 mg; Sód: 2539.35 mg; Wapń: 939.62 mg;

poniedziałek 2026-08-03 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), arbuz 150g*, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, papryka świeża 90g,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 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: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.65 kcal; Białko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 77.13 g; Węglowodany ogółem: 281.08 g; Witamina B12: 6.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.87 g; suma cukrów prostych: 69.94 g; Błonnik pokarmowy: 33.81 g; Magnez: 462.03 mg; Żelazo: 14.08 mg; Witamina A: 2916.67 mg; Witamina B6: 3.20 mg; Witamina C: 251.80 mg; Witamina E: 12.76 mg; Sód: 3542.01 mg; Wapń: 1011.48 mg;

poniedziałek 2026-08-03 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 gotowane 1 szt. 52g (3), arbuz 150g*, rukola 10g, papryka świeża 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 200g, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*, 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: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2735.44 kcal; Białko ogółem: 117.87 g; Tłuszcz: 82.99 g; Węglowodany ogółem: 378.45 g; Witamina B12: 8.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.21 g; suma cukrów prostych: 81.39 g; Błonnik pokarmowy: 41.41 g; Magnez: 508.15 mg; Żelazo: 16.60 mg; Witamina A: 2833.38 mg; Witamina B6: 3.59 mg; Witamina C: 248.62 mg; Witamina E: 12.41 mg; Sód: 3404.91 mg; Wapń: 1118.62 mg;

poniedziałek 2026-08-03 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), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos grecki (1,2,13) 120 g, Ryż gotowany 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: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2362.79 kcal; Białko ogółem: 101.73 g; Tłuszcz: 79.78 g; Węglowodany ogółem: 307.67 g; Witamina B12: 6.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.54 g; suma cukrów prostych: 71.61 g; Błonnik pokarmowy: 16.00 g; Magnez: 291.09 mg; Żelazo: 9.26 mg; Witamina A: 1953.85 mg; Witamina B6: 2.12 mg; Witamina C: 126.25 mg; Witamina E: 12.34 mg; Sód: 2539.35 mg; Wapń: 939.62 mg;

poniedziałek 2026-08-03 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), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos grecki (1,2,13) 120 g , Ryż gotowany 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 jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2190.19 kcal; Białko ogółem: 103.36 g; Tłuszcz: 60.92 g; Węglowodany ogółem: 307.96 g; Witamina B12: 6.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.23 g; suma cukrów prostych: 71.80 g; Błonnik pokarmowy: 15.94 g; Magnez: 283.19 mg; Żelazo: 8.47 mg; Witamina A: 1871.25 mg; Witamina B6: 2.01 mg; Witamina C: 126.25 mg; Witamina E: 11.83 mg; Sód: 2496.25 mg; Wapń: 929.02 mg;

poniedziałek 2026-08-03 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 gotowane 1 szt. 52g (3), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 200g, surówka z kap.kiszzonej 150g(3,11,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*, 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: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2724.44 kcal; Białko ogółem: 123.47 g; Tłuszcz: 81.24 g; Węglowodany ogółem: 374.00 g; Witamina B12: 8.29 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.16 g; suma cukrów prostych: 78.74 g; Błonnik pokarmowy: 41.41 g; Magnez: 495.65 mg; Żelazo: 16.60 mg; Witamina A: 2819.88 mg; Witamina B6: 3.58 mg; Witamina C: 247.62 mg; Witamina E: 12.39 mg; Sód: 3362.41 mg; Wapń: 996.62 mg;

poniedziałek 2026-08-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), arbuz 150g*, ser capresi 40g (2), rukola 10g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Sos grecki 150g (1,2,13)*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 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, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2505.17 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 94.69 g; Węglowodany ogółem: 307.42 g; Witamina B12: 7.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.53 g; suma cukrów prostych: 73.41 g; Błonnik pokarmowy: 33.16 g; Magnez: 372.66 mg; Żelazo: 13.45 mg; Witamina A: 2453.73 mg; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 138.80 mg; Witamina E: 10.97 mg; Sód: 2980.25 mg; Wapń: 813.99 mg;

poniedziałek 2026-08-03 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), arbuz 150g*, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 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: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2176.95 kcal; Białko ogółem: 99.13 g; Tłuszcz: 76.60 g; Węglowodany ogółem: 273.10 g; Witamina B12: 6.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.76 g; suma cukrów prostych: 64.68 g; Błonnik pokarmowy: 31.33 g; Magnez: 448.93 mg; Żelazo: 13.34 mg; Witamina A: 2398.67 mg; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 113.00 mg; Witamina E: 9.66 mg; Sód: 3536.11 mg; Wapń: 996.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-08-03		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*, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 400ml* (8,13), herbata bez cukru 250ml, ziemniaki 100g, brokuły gotowane z olejem 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2154.13 kcal; Białko ogółem: 134.86 g; Tłuszcz: 86.83 g; Węglowodany ogółem: 212.73 g; Witamina B12: 4.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.06 g; suma cukrów prostych: 56.04 g; Błonnik pokarmowy: 17.90 g; Magnez: 380.68 mg; Żelazo: 9.89 mg; Witamina A: 1806.29 mg; Witamina B6: 4.01 mg; Witamina C: 170.34 mg; Witamina E: 7.22 mg; Sód: 1627.82 mg; Wapń: 1061.41 mg;

poniedziałek 2026-08-03		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), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Szynka Ojca Grzegorza 50g, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ryż gotowany 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: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.48 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz: 84.96 g; Węglowodany ogółem: 309.60 g; Witamina B12: 7.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.84 g; suma cukrów prostych: 74.57 g; Błonnik pokarmowy: 17.60 g; Magnez: 316.53 mg; Żelazo: 10.86 mg; Witamina A: 2368.57 mg; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 132.48 mg; Witamina E: 10.47 mg; Sód: 3312.79 mg; Wapń: 974.25 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-04 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 1szt. 150g, papryka świeża 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), 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, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.82 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; Tłuszcz: 82.88 g; Węglowodany ogółem: 301.91 g; Witamina B12: 4.49 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.32 g; suma cukrów prostych: 69.77 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; Magnez: 399.81 mg; Żelazo: 12.69 mg; Witamina A: 1071.59 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 118.97 mg; Witamina E: 9.77 mg; Sód: 3112.56 mg; Wapń: 1344.37 mg;

wtorek 2026-08-04 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, miód 2szt. (50g),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.77 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 75.61 g; Węglowodany ogółem: 320.74 g; Witamina B12: 3.80 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.37 g; suma cukrów prostych: 114.99 g; Błonnik pokarmowy: 21.36 g; Magnez: 351.52 mg; Żelazo: 10.77 mg; Witamina A: 3089.99 mg; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 107.38 mg; Witamina E: 9.43 mg; Sód: 2704.92 mg; Wapń: 1110.86 mg;

wtorek 2026-08-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1szt. 150g, kurczak gotowany premium 50g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki gotowane 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , Ser żółty 40g (2), herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.27 kcal; Białko ogółem: 107.98 g; Tłuszcz: 71.48 g; Węglowodany ogółem: 269.44 g; Witamina B12: 5.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.80 g; suma cukrów prostych: 59.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g; Magnez: 392.72 mg; Żelazo: 13.48 mg; Witamina A: 3175.29 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 112.32 mg; Witamina E: 8.00 mg; Sód: 2760.12 mg; Wapń: 1178.56 mg;

wtorek 2026-08-04 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 1szt. 150g, papryka świeża 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), 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, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.82 kcal; Białko ogółem: 110.52 g; Tłuszcz: 83.52 g; Węglowodany ogółem: 318.11 g; Witamina B12: 4.49 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.32 g; suma cukrów prostych: 69.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g; Magnez: 399.81 mg; Żelazo: 12.69 mg; Witamina A: 1071.59 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 118.97 mg; Witamina E: 9.77 mg; Sód: 3112.56 mg; Wapń: 1344.37 mg;

wtorek 2026-08-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 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, miód 2szt. (50g),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.77 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 75.61 g; Węglowodany ogółem: 320.74 g; Witamina B12: 3.80 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.37 g; suma cukrów prostych: 114.99 g; Błonnik pokarmowy: 21.36 g; Magnez: 351.52 mg; Żelazo: 10.77 mg; Witamina A: 3089.99 mg; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 107.38 mg; Witamina E: 9.43 mg; Sód: 2704.92 mg; Wapń: 1110.86 mg;

wtorek 2026-08-04 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, miód 2szt. (50g),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 110g w sosie wł 80ml (1,13)^, ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek 50g(2)^, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2203.67 kcal; Białko ogółem: 110.56 g; Tłuszcz: 56.59 g; Węglowodany ogółem: 323.14 g; Witamina B12: 3.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.08 g; suma cukrów prostych: 115.90 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g; Magnez: 336.34 mg; Żelazo: 9.81 mg; Witamina A: 2669.13 mg; Witamina B6: 2.80 mg; Witamina C: 97.81 mg; Witamina E: 8.47 mg; Sód: 1917.76 mg; Wapń: 976.46 mg;

wtorek 2026-08-04 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 1szt. 150g, papryka świeża 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), 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, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.82 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 92.08 g; Węglowodany ogółem: 303.39 g; Witamina B12: 4.93 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.72 g; suma cukrów prostych: 69.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; Magnez: 408.61 mg; Żelazo: 12.89 mg; Witamina A: 1164.39 mg; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 118.97 mg; Witamina E: 9.97 mg; Sód: 3498.96 mg; Wapń: 1498.77 mg;

wtorek 2026-08-04 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), serek homo waniliowy 150g (1), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2168.52 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 75.16 g; Węglowodany ogółem: 274.84 g; Witamina B12: 3.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.05 g; suma cukrów prostych: 73.34 g; Błonnik pokarmowy: 16.57 g; Magnez: 289.11 mg; Żelazo: 9.60 mg; Witamina A: 1122.79 mg; Witamina B6: 2.70 mg; Witamina C: 112.93 mg; Witamina E: 10.52 mg; Sód: 2539.66 mg; Wapń: 899.07 mg;

wtorek 2026-08-04 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 gotowane 1 szt. 52g (3), jabłko deserowe 1szt. 150g, kurczak gotowany premium 50g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki gotowane 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , Ser żółty 40g (2), herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.27 kcal; Białko ogółem: 107.98 g; Tłuszcz: 71.48 g; Węglowodany ogółem: 269.44 g; Witamina B12: 5.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.80 g; suma cukrów prostych: 59.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g; Magnez: 392.72 mg; Żelazo: 13.48 mg; Witamina A: 3175.29 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 112.32 mg; Witamina E: 8.00 mg; Sód: 2760.12 mg; Wapń: 1178.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-08-04		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*, brokuły z wody 100g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Grysikowa 200ml*(1,8,13), jarzynka gotowana 100g(13), Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
	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]: 2211.98 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 109.18 g; Węglowodany ogółem: 170.99 g; Witamina B12: 5.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.62 g; suma cukrów prostych: 55.40 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; Magnez: 377.30 mg; Żelazo: 12.23 mg; Witamina A: 2346.64 mg; Witamina B6: 3.39 mg; Witamina C: 150.24 mg; Witamina E: 9.56 mg; Sód: 1389.82 mg; Wapń: 958.39 mg;

wtorek 2026-08-04		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), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., szpinak 10g, serek homo waniliowy 150g (1), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g, serek tartare 2 szt. (40g),
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.57 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 76.06 g; Węglowodany ogółem: 297.82 g; Witamina B12: 4.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.65 g; suma cukrów prostych: 96.46 g; Błonnik pokarmowy: 21.46 g; Magnez: 356.22 mg; Żelazo: 10.52 mg; Witamina A: 3391.19 mg; Witamina B6: 2.89 mg; Witamina C: 107.38 mg; Witamina E: 10.44 mg; Sód: 2386.02 mg; Wapń: 1087.96 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), schab na kartki 50g*, Nektarynka 1szt 130g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ogórek świeży 90g , roszonek 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Racuchy z jabłkiem 2szt. (1,2), Kompot b/c 300ml*, Sos waniliowy 100ml* (2),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2493.03 kcal; Białko ogółem: 95.64 g; Tłuszcz: 79.36 g; Węglowodany ogółem: 342.80 g; Witamina B12: 4.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.15 g; suma cukrów prostych: 88.98 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g; Magnez: 364.35 mg; Żelazo: 14.52 mg; Witamina A: 1470.34 mg; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 195.34 mg; Witamina E: 13.36 mg; Sód: 1797.58 mg; Wapń: 1015.92 mg;

środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, Nektarynka 1szt 130g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	koperkowa z ziemniakami 400g(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 gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2357.15 kcal; Białko ogółem: 107.21 g; Tłuszcz: 70.15 g; Węglowodany ogółem: 321.28 g; Witamina B12: 5.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.35 g; suma cukrów prostych: 75.32 g; Błonnik pokarmowy: 15.13 g; Magnez: 247.65 mg; Żelazo: 10.16 mg; Witamina A: 1243.98 mg; Witamina B6: 1.78 mg; Witamina C: 91.83 mg; Witamina E: 9.78 mg; Sód: 1342.10 mg; Wapń: 920.55 mg;

środa 2026-08-05 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), Nektarynka 1szt 130g , schab na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ogórek świeży 90g , roszonek 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.34 kcal; Białko ogółem: 125.72 g; Tłuszcz: 77.99 g; Węglowodany ogółem: 297.36 g; Witamina B12: 5.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.38 g; suma cukrów prostych: 52.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g; Magnez: 374.52 mg; Żelazo: 14.09 mg; Witamina A: 1471.44 mg; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 187.70 mg; Witamina E: 11.93 mg; Sód: 2077.85 mg; Wapń: 1049.84 mg;

środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), schab na kartki 50g*, Nektarynka 1szt 130g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ogórek świeży 90g , roszonek 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Racuchy z jabłkiem 2szt. (1,2), Kompot b/c 300ml*, Sos waniliowy 100ml* (2), Sos waniliowy 100ml* (2),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2645.07 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; Tłuszcz: 83.40 g; Węglowodany ogółem: 363.88 g; Witamina B12: 5.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.54 g; suma cukrów prostych: 104.22 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; Magnez: 393.98 mg; Żelazo: 14.76 mg; Witamina A: 1511.34 mg; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 197.37 mg; Witamina E: 13.47 mg; Sód: 1905.81 mg; Wapń: 1307.49 mg;

środa 2026-08-05 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)^, schab na kartki 50g*, Nektarynka 1szt 130g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	koperkowa z ziemniakami 400g(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 gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2357.15 kcal; Białko ogółem: 107.21 g; Tłuszcz: 70.15 g; Węglowodany ogółem: 321.28 g; Witamina B12: 5.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.35 g; suma cukrów prostych: 75.32 g; Błonnik pokarmowy: 15.13 g; Magnez: 247.65 mg; Żelazo: 10.16 mg; Witamina A: 1243.98 mg; Witamina B6: 1.78 mg; Witamina C: 91.83 mg; Witamina E: 9.78 mg; Sód: 1342.10 mg; Wapń: 920.55 mg;

środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, Nektarynka 1szt 130g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	koperkowa z ziemniakami 400g(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 jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.35 kcal; Białko ogółem: 110.04 g; Tłuszcz: 52.45 g; Węglowodany ogółem: 322.36 g; Witamina B12: 4.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.01 g; suma cukrów prostych: 76.81 g; Błonnik pokarmowy: 15.13 g; Magnez: 240.05 mg; Żelazo: 8.05 mg; Witamina A: 893.08 mg; Witamina B6: 1.72 mg; Witamina C: 91.83 mg; Witamina E: 8.80 mg; Sód: 1220.70 mg; Wapń: 919.95 mg;

środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), schab na kartki 50g*, ser capresi 40g (2), Nektarynka 1szt 130g , ogórek świeży 90g , roszponka 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Racuchy z jabłkiem 2szt. (1,2), Kompot b/c 300ml*, Sos waniliowy 100ml* (2), Sos waniliowy 100ml* (2),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2695.07 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 90.60 g; Węglowodany ogółem: 359.16 g; Witamina B12: 5.65 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.75 g; suma cukrów prostych: 100.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; Magnez: 385.78 mg; Żelazo: 14.86 mg; Witamina A: 1588.14 mg; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 196.37 mg; Witamina E: 13.64 mg; Sód: 2229.21 mg; Wapń: 1291.89 mg;

środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 40g, Nektarynka 1szt 130g , ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , roszponka 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Racuchy z jabłkiem 2szt. (1,2), Kompot b/c 300ml*, Sos waniliowy 100ml* (2),	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Ser żółty 50g(2), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.03 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 93.65 g; Węglowodany ogółem: 305.86 g; Witamina B12: 3.80 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.46 g; suma cukrów prostych: 78.71 g; Błonnik pokarmowy: 20.96 g; Magnez: 301.95 mg; Żelazo: 11.27 mg; Witamina A: 1031.24 mg; Witamina B6: 1.69 mg; Witamina C: 84.44 mg; Witamina E: 11.94 mg; Sód: 1895.58 mg; Wapń: 1317.72 mg;

środa 2026-08-05 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), Nektarynka 1szt 130g , schab na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ogórek świeży 90g , roszponka 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2469.34 kcal; Białko ogółem: 131.22 g; Tłuszcz: 81.29 g; Węglowodany ogółem: 296.81 g; Witamina B12: 4.78 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.38 g; suma cukrów prostych: 52.38 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g; Magnez: 378.02 mg; Żelazo: 12.24 mg; Witamina A: 1337.44 mg; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 187.70 mg; Witamina E: 11.39 mg; Sód: 2221.85 mg; Wapń: 1406.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Buraczki gotowane 100g^, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Grysikowa 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]: 2189.63 kcal; Białko ogółem: 114.11 g; Tłuszcz: 91.68 g; Węglowodany ogółem: 225.86 g; Witamina B12: 6.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.98 g; suma cukrów prostych: 69.35 g; Błonnik pokarmowy: 16.20 g; Magnez: 352.35 mg; Żelazo: 11.62 mg; Witamina A: 1628.74 mg; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 143.89 mg; Witamina E: 7.82 mg; Sód: 1923.02 mg; Wapń: 1210.63 mg;

środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, Nektarynka 1szt 130g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	koperkowa z ziemniakami 400g(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 gotowane 1 szt. 52g (3), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2518.65 kcal; Białko ogółem: 118.11 g; Tłuszcz: 81.30 g; Węglowodany ogółem: 324.41 g; Witamina B12: 5.64 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.75 g; suma cukrów prostych: 75.36 g; Błonnik pokarmowy: 15.13 g; Magnez: 256.45 mg; Żelazo: 10.36 mg; Witamina A: 1336.78 mg; Witamina B6: 1.84 mg; Witamina C: 91.83 mg; Witamina E: 9.98 mg; Sód: 1728.50 mg; Wapń: 1074.95 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), Sos myśliwski 100g (1), bitka schabowa duszona 100g , kasza pęczak 200g.(1), kapusta biała zasmażana 150g(1,2), 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]: 2739.59 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz: 95.25 g; Węglowodany ogółem: 350.10 g; Witamina B12: 3.69 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.49 g; suma cukrów prostych: 85.44 g; Błonnik pokarmowy: 33.21 g; Magnez: 417.40 mg; Żelazo: 13.16 mg; Witamina A: 922.73 mg; Witamina B6: 2.30 mg; Witamina C: 144.41 mg; Witamina E: 13.21 mg; Sód: 7396.06 mg; Wapń: 1072.37 mg;

czwartek 2026-08-06 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), bukiet warzyw królewski 150g, Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), Kompot b/c 300ml*,	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]: 2548.75 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 104.07 g; Węglowodany ogółem: 283.38 g; Witamina B12: 4.54 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.96 g; suma cukrów prostych: 76.87 g; Błonnik pokarmowy: 23.01 g; Magnez: 265.88 mg; Żelazo: 10.51 mg; Witamina A: 2252.88 mg; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 110.62 mg; Witamina E: 10.94 mg; Sód: 5145.40 mg; Wapń: 1000.58 mg;

czwartek 2026-08-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt.150g, kielbasa szynkowa dębowa 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), kasza pęczak 200g.(1), bukiet warzyw królewski 150g, 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: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.09 kcal; Białko ogółem: 100.49 g; Tłuszcz: 88.16 g; Węglowodany ogółem: 276.09 g; Witamina B12: 3.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.61 g; suma cukrów prostych: 70.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; Magnez: 418.95 mg; Żelazo: 13.65 mg; Witamina A: 1530.78 mg; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 93.69 mg; Witamina E: 10.99 mg; Sód: 6322.01 mg; Wapń: 928.44 mg;

czwartek 2026-08-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), kasza pęczak 200g.(1), kapusta biała zasmażana 150g(1,2), 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: mini pączek 2szt. (1,2,3),		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3154.59 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 110.75 g; Węglowodany ogółem: 412.20 g; Witamina B12: 4.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.06 g; suma cukrów prostych: 109.74 g; Błonnik pokarmowy: 34.71 g; Magnez: 431.40 mg; Żelazo: 15.06 mg; Witamina A: 1086.73 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 144.71 mg; Witamina E: 13.91 mg; Sód: 7533.06 mg; Wapń: 1120.37 mg;

czwartek 2026-08-06 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)^, ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), bukiet warzyw królewski 150g, kasza pęczak 200g.(1), Kompot b/c 300ml*,	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*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2564.85 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 104.14 g; Węglowodany ogółem: 286.41 g; Witamina B12: 4.54 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.96 g; suma cukrów prostych: 76.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g; Magnez: 269.63 mg; Żelazo: 10.65 mg; Witamina A: 2252.88 mg; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 110.62 mg; Witamina E: 11.02 mg; Sód: 5340.65 mg; Wapń: 1002.22 mg;

czwartek 2026-08-06		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), sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, bukiet warzyw królewski 150g, Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2116.85 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 54.74 g; Węglowodany ogółem: 274.07 g; Witamina B12: 3.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.36 g; suma cukrów prostych: 77.82 g; Błonnik pokarmowy: 22.33 g; Magnez: 248.18 mg; Żelazo: 8.68 mg; Witamina A: 2073.28 mg; Witamina B6: 2.06 mg; Witamina C: 110.48 mg; Witamina E: 7.62 mg; Sód: 1563.20 mg; Wapń: 864.59 mg;

czwartek 2026-08-06		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt.150g, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, Ser żółty 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), kasza pęczak 200g.(1), kapusta biała zasmażana 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszponka 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2873.19 kcal; Białko ogółem: 109.72 g; Tłuszcz: 105.65 g; Węglowodany ogółem: 350.14 g; Witamina B12: 4.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.69 g; suma cukrów prostych: 85.48 g; Błonnik pokarmowy: 33.21 g; Magnez: 429.80 mg; Żelazo: 13.44 mg; Witamina A: 1033.13 mg; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 144.41 mg; Witamina E: 13.36 mg; Sód: 7624.06 mg; Wapń: 1395.17 mg;

czwartek 2026-08-06		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), ser żółty 20g. (2), mus warzywno-owocowy 100g, jabłko gotowane 1 szt., rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), Kasza jęczmienna 200g*(1), kapusta biała zasmażana 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.29 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz: 101.33 g; Węglowodany ogółem: 270.63 g; Witamina B12: 3.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.93 g; suma cukrów prostych: 80.41 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g; Magnez: 253.85 mg; Żelazo: 9.67 mg; Witamina A: 945.63 mg; Witamina B6: 1.90 mg; Witamina C: 161.01 mg; Witamina E: 12.98 mg; Sód: 5939.91 mg; Wapń: 978.93 mg;

czwartek 2026-08-06		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt.150g, kielbasa szynkowa dębowa 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), kasza pęczak 200g.(1), bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.09 kcal; Białko ogółem: 100.49 g; Tłuszcz: 88.16 g; Węglowodany ogółem: 276.09 g; Witamina B12: 3.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.61 g; suma cukrów prostych: 70.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; Magnez: 418.95 mg; Żelazo: 13.65 mg; Witamina A: 1530.78 mg; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 93.69 mg; Witamina E: 10.99 mg; Sód: 6322.01 mg; Wapń: 928.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-08-06		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*, Marchew gotowana 100 g, Masło 15g*(2), Kompot z owoców mroż. 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]: 2212.61 kcal; Białko ogółem: 121.74 g; Tłuszcz: 104.90 g; Węglowodany ogółem: 167.18 g; Witamina B12: 5.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.23 g; suma cukrów prostych: 62.78 g; Błonnik pokarmowy: 12.14 g; Magnez: 247.07 mg; Żelazo: 7.70 mg; Witamina A: 3504.00 mg; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 71.36 mg; Witamina E: 7.85 mg; Sód: 1632.58 mg; Wapń: 740.50 mg;

czwartek 2026-08-06		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), serek tartare 2 szt. (40g), szynkowa dębowa 50g ^, sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13),	Barszcz czerwony z ziem.400ml (1,2,8,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), bukiet warzyw królewski 150g, Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówki z fileta indyka 2szt. , roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2770.15 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz: 122.96 g; Węglowodany ogółem: 283.54 g; Witamina B12: 4.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.88 g; suma cukrów prostych: 79.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g; Magnez: 276.88 mg; Żelazo: 11.62 mg; Witamina A: 2523.28 mg; Witamina B6: 2.30 mg; Witamina C: 110.62 mg; Witamina E: 12.20 mg; Sód: 5923.20 mg; Wapń: 909.08 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-07 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), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), arbuzy 150g*, ogórek świeży 90g , dżem 25g - 1 szt., kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, sałatka z ogórkiem kisz150g (3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2709.58 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 102.90 g; Węglowodany ogółem: 337.62 g; Witamina B12: 6.36 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.14 g; suma cukrów prostych: 111.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g; Magnez: 448.68 mg; Żelazo: 14.77 mg; Witamina A: 1985.11 mg; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 108.59 mg; Witamina E: 14.64 mg; Sód: 3416.09 mg; Wapń: 1304.30 mg;

piątek 2026-08-07 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), arbuzy 150g*, 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 dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Ser żółty 40g (2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.19 kcal; Białko ogółem: 104.94 g; Tłuszcz: 75.23 g; Węglowodany ogółem: 325.55 g; Witamina B12: 5.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.22 g; suma cukrów prostych: 114.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.44 g; Magnez: 336.33 mg; Żelazo: 10.17 mg; Witamina A: 3588.25 mg; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 88.77 mg; Witamina E: 10.55 mg; Sód: 2100.31 mg; Wapń: 1380.12 mg;

piątek 2026-08-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), arbuzy 150g*, 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 dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1977.22 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 69.09 g; Węglowodany ogółem: 233.43 g; Witamina B12: 5.64 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.79 g; suma cukrów prostych: 58.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.47 g; Magnez: 365.99 mg; Żelazo: 12.78 mg; Witamina A: 2125.53 mg; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 113.17 mg; Witamina E: 7.24 mg; Sód: 2528.90 mg; Wapń: 1143.52 mg;

piątek 2026-08-07 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), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), arbuzy 150g*, ogórek świeży 90g , dżem 25g - 1 szt., kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, sałatka z ogórkiem kisz150g (3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), 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]: 2785.03 kcal; Białko ogółem: 109.04 g; Tłuszcz: 104.27 g; Węglowodany ogółem: 345.80 g; Witamina B12: 6.36 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.41 g; suma cukrów prostych: 119.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g; Magnez: 459.59 mg; Żelazo: 15.23 mg; Witamina A: 2136.92 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 119.50 mg; Witamina E: 15.08 mg; Sód: 3699.73 mg; Wapń: 1318.85 mg;

piątek 2026-08-07 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), twaróg krajanka 50g(2), arbuzy 150g*, 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 dorsza parowany 100g (4,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Ser żółty 40g (2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2125.16 kcal; Białko ogółem: 99.78 g; Tłuszcz: 72.41 g; Węglowodany ogółem: 277.37 g; Witamina B12: 5.12 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.43 g; suma cukrów prostych: 112.44 g; Błonnik pokarmowy: 16.39 g; Magnez: 284.60 mg; Żelazo: 8.75 mg; Witamina A: 3417.75 mg; Witamina B6: 1.55 mg; Witamina C: 64.61 mg; Witamina E: 9.15 mg; Sód: 2067.07 mg; Wapń: 1352.39 mg;

piątek 2026-08-07		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), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, szpinak 10g, miód 2szt. (50g), bułka wrocławska 50g (1), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Ser żółty 40g (2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.36 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 64.36 g; Węglowodany ogółem: 318.30 g; Witamina B12: 5.12 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.98 g; suma cukrów prostych: 112.98 g; Błonnik pokarmowy: 19.59 g; Magnez: 330.50 mg; Żelazo: 9.94 mg; Witamina A: 3338.35 mg; Witamina B6: 2.21 mg; Witamina C: 86.61 mg; Witamina E: 9.00 mg; Sód: 2080.17 mg; Wapń: 1358.79 mg;

piątek 2026-08-07		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), Serek fromage 80g (2), arbuz 150g*, ogórek świeży 90g , dżem 25g - 1 szt., kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, sałatka z ogórkiem kisz150g (3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2904.30 kcal; Białko ogółem: 109.16 g; Tłuszcz: 124.45 g; Węglowodany ogółem: 340.71 g; Witamina B12: 5.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 60.62 g; suma cukrów prostych: 113.22 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g; Magnez: 443.85 mg; Żelazo: 12.64 mg; Witamina A: 2036.37 mg; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 105.83 mg; Witamina E: 13.89 mg; Sód: 3633.51 mg; Wapń: 1306.74 mg;

piątek 2026-08-07		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 100g (2) 1szt, masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), kakao b/cukru 300ml (1,2), arbuz 150g*, dżem 25g - 1 szt., szpinak 10g, sok pomidorowy 200ml 1szt,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), serek tartare 2 szt. (40g), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2530.39 kcal; Białko ogółem: 92.53 g; Tłuszcz: 102.23 g; Węglowodany ogółem: 306.70 g; Witamina B12: 5.52 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.08 g; suma cukrów prostych: 112.19 g; Błonnik pokarmowy: 18.51 g; Magnez: 295.59 mg; Żelazo: 11.83 mg; Witamina A: 2601.62 mg; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 131.50 mg; Witamina E: 17.54 mg; Sód: 2582.17 mg; Wapń: 832.94 mg;

piątek 2026-08-07		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), arbuz 150g*, 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 dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1878.34 kcal; Białko ogółem: 101.40 g; Tłuszcz: 55.83 g; Węglowodany ogółem: 235.32 g; Witamina B12: 4.75 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.73 g; suma cukrów prostych: 60.38 g; Błonnik pokarmowy: 23.39 g; Magnez: 359.36 mg; Żelazo: 10.61 mg; Witamina A: 1836.79 mg; Witamina B6: 2.30 mg; Witamina C: 109.62 mg; Witamina E: 5.42 mg; Sód: 2400.12 mg; Wapń: 1168.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-08-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
kakao bez cukru 250ml (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 100g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	herbata bez cukru 250ml, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki 100g, Masło 10g(2),
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2098.65 kcal; Białko ogółem: 114.02 g; Tłuszcz: 86.05 g; Węglowodany ogółem: 226.08 g; Witamina B12: 4.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.99 g; suma cukrów prostych: 51.98 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g; Magnez: 421.57 mg; Żelazo: 10.88 mg; Witamina A: 3615.75 mg; Witamina B6: 3.85 mg; Witamina C: 171.86 mg; Witamina E: 8.00 mg; Sód: 861.22 mg; Wapń: 1122.54 mg;

piątek 2026-08-07 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślane 1 szt.(1,2,3), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), arbuz 150g*, 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 dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Ser żółty 40g (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]: 2412.49 kcal; Białko ogółem: 116.88 g; Tłuszcz: 75.71 g; Węglowodany ogółem: 326.78 g; Witamina B12: 5.43 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.31 g; suma cukrów prostych: 115.29 g; Błonnik pokarmowy: 20.44 g; Magnez: 339.03 mg; Żelazo: 10.23 mg; Witamina A: 3589.75 mg; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 88.77 mg; Witamina E: 10.56 mg; Sód: 2112.61 mg; Wapń: 1408.92 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), kasza gryczana 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg z czarnuszką 60g(2), papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.94 kcal; Białko ogółem: 127.06 g; Tłuszcz: 65.78 g; Węglowodany ogółem: 306.93 g; Witamina B12: 3.47 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.31 g; suma cukrów prostych: 86.40 g; Błonnik pokarmowy: 32.43 g; Magnez: 405.36 mg; Żelazo: 11.77 mg; Witamina A: 1359.84 mg; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 269.17 mg; Witamina E: 12.14 mg; Sód: 2549.32 mg; Wapń: 935.59 mg;

sobota 2026-08-08 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(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), pomidorki koktajlowe 100g^,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2154.61 kcal; Białko ogółem: 114.51 g; Tłuszcz: 66.24 g; Węglowodany ogółem: 277.01 g; Witamina B12: 3.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.98 g; suma cukrów prostych: 78.09 g; Błonnik pokarmowy: 17.29 g; Magnez: 283.54 mg; Żelazo: 10.06 mg; Witamina A: 976.80 mg; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 142.57 mg; Witamina E: 9.46 mg; Sód: 2589.95 mg; Wapń: 903.09 mg;

sobota 2026-08-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), pomidor malinowy 100g,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), kasza gryczana 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), papryka św.100g , 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]: 2435.19 kcal; Białko ogółem: 124.06 g; Tłuszcz: 69.81 g; Węglowodany ogółem: 285.60 g; Witamina B12: 3.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.90 g; suma cukrów prostych: 75.63 g; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; Magnez: 440.71 mg; Żelazo: 13.65 mg; Witamina A: 1408.54 mg; Witamina B6: 3.07 mg; Witamina C: 269.27 mg; Witamina E: 13.34 mg; Sód: 2436.22 mg; Wapń: 848.14 mg;

sobota 2026-08-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), kasza gryczana 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg z czarnuszką 60g(2), papryka św.100g , 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]: 2580.94 kcal; Białko ogółem: 128.66 g; Tłuszcz: 66.42 g; Węglowodany ogółem: 323.13 g; Witamina B12: 3.47 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.31 g; suma cukrów prostych: 86.40 g; Błonnik pokarmowy: 33.03 g; Magnez: 405.36 mg; Żelazo: 11.77 mg; Witamina A: 1359.84 mg; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 269.17 mg; Witamina E: 12.14 mg; Sód: 2549.32 mg; Wapń: 935.59 mg;

sobota 2026-08-08 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)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidorki koktajlowe 100g^,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2154.61 kcal; Białko ogółem: 114.51 g; Tłuszcz: 66.24 g; Węglowodany ogółem: 277.01 g; Witamina B12: 3.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.98 g; suma cukrów prostych: 78.09 g; Błonnik pokarmowy: 17.29 g; Magnez: 283.54 mg; Żelazo: 10.06 mg; Witamina A: 976.80 mg; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 142.57 mg; Witamina E: 9.46 mg; Sód: 2589.95 mg; Wapń: 903.09 mg;

sobota 2026-08-08		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
Ryż na mleku 350 ml*(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), pomidorki koktajlowe 100g^,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2079.81 kcal; Białko ogółem: 114.44 g; Tłuszcz: 57.99 g; Węglowodany ogółem: 276.94 g; Witamina B12: 3.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.51 g; suma cukrów prostych: 78.03 g; Błonnik pokarmowy: 17.29 g; Magnez: 283.44 mg; Żelazo: 10.05 mg; Witamina A: 895.40 mg; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 142.57 mg; Witamina E: 9.21 mg; Sód: 2589.05 mg; Wapń: 901.49 mg;

sobota 2026-08-08		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), kasza gryczana 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg z czarnuszką 60g(2), papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2551.94 kcal; Białko ogółem: 136.96 g; Tłuszcz: 66.03 g; Węglowodany ogółem: 308.68 g; Witamina B12: 3.92 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.45 g; suma cukrów prostych: 87.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.43 g; Magnez: 409.86 mg; Żelazo: 11.87 mg; Witamina A: 1362.34 mg; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 269.17 mg; Witamina E: 12.14 mg; Sód: 2569.82 mg; Wapń: 983.59 mg;

sobota 2026-08-08		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 100g^, kakao b/cukru 300ml (1,2),	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), kasza gryczana 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), twaróg z czarnuszką 60g(2), herbata 1 torebka, pomidor malinowy 100g,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2313.82 kcal; Białko ogółem: 121.00 g; Tłuszcz: 71.51 g; Węglowodany ogółem: 255.78 g; Witamina B12: 2.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.00 g; suma cukrów prostych: 70.37 g; Błonnik pokarmowy: 21.24 g; Magnez: 325.86 mg; Żelazo: 10.19 mg; Witamina A: 948.08 mg; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 136.87 mg; Witamina E: 10.11 mg; Sód: 2185.16 mg; Wapń: 759.25 mg;

sobota 2026-08-08		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), pomidor malinowy 100g,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), kasza gryczana 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Sos koperkowy 100g (1), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), papryka św.100g , 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]: 2435.19 kcal; Białko ogółem: 124.06 g; Tłuszcz: 69.81 g; Węglowodany ogółem: 285.60 g; Witamina B12: 3.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.90 g; suma cukrów prostych: 75.63 g; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; Magnez: 440.71 mg; Żelazo: 13.65 mg; Witamina A: 1408.54 mg; Witamina B6: 3.07 mg; Witamina C: 269.27 mg; Witamina E: 13.34 mg; Sód: 2436.22 mg; Wapń: 848.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-08-08 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, Szpinak gotowany z olejem 120g^, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 100 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
	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]: 2197.71 kcal; Białko ogółem: 121.60 g; Tłuszcz: 104.49 g; Węglowodany ogółem: 192.23 g; Witamina B12: 5.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.43 g; suma cukrów prostych: 56.69 g; Błonnik pokarmowy: 17.49 g; Magnez: 389.30 mg; Żelazo: 13.45 mg; Witamina A: 3591.84 mg; Witamina B6: 3.64 mg; Witamina C: 112.25 mg; Witamina E: 8.57 mg; Sód: 917.19 mg; Wapń: 825.87 mg;

sobota 2026-08-08 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(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 100g^,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), kielbasa szynkowa dębowa 50g, pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2323.61 kcal; Białko ogółem: 128.56 g; Tłuszcz: 77.49 g; Węglowodany ogółem: 278.99 g; Witamina B12: 4.03 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.25 g; suma cukrów prostych: 78.13 g; Błonnik pokarmowy: 17.29 g; Magnez: 299.34 mg; Żelazo: 10.71 mg; Witamina A: 1069.60 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 142.57 mg; Witamina E: 9.76 mg; Sód: 3317.35 mg; Wapń: 1059.99 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-09 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), twaróg krajanka 50g(2), jabłko deserowe 1szt. 150g, rzodkiewka 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek małosolny 100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.78 kcal; Białko ogółem: 102.75 g; Tłuszcz: 70.71 g; Węglowodany ogółem: 283.55 g; Witamina B12: 3.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.86 g; suma cukrów prostych: 79.69 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g; Magnez: 359.14 mg; Żelazo: 9.94 mg; Witamina A: 2838.05 mg; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 94.66 mg; Witamina E: 7.92 mg; Sód: 3136.72 mg; Wapń: 967.35 mg;

niedziela 2026-08-09 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 4szt. 80g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.30 kcal; Białko ogółem: 108.76 g; Tłuszcz: 103.33 g; Węglowodany ogółem: 270.79 g; Witamina B12: 5.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.22 g; suma cukrów prostych: 80.64 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g; Magnez: 308.72 mg; Żelazo: 8.82 mg; Witamina A: 5014.60 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 113.63 mg; Witamina E: 13.78 mg; Sód: 3476.64 mg; Wapń: 1214.13 mg;

niedziela 2026-08-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek małosolny 100g , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt.,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2120.21 kcal; Białko ogółem: 104.30 g; Tłuszcz: 76.81 g; Węglowodany ogółem: 242.18 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.10 g; suma cukrów prostych: 68.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; Magnez: 402.54 mg; Żelazo: 13.74 mg; Witamina A: 3227.88 mg; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 103.53 mg; Witamina E: 8.24 mg; Sód: 3422.19 mg; Wapń: 847.18 mg;

niedziela 2026-08-09 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), twaróg krajanka 50g(2), jabłko deserowe 1szt. 150g, rzodkiewka 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek małosolny 100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2223.78 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 72.71 g; Węglowodany ogółem: 288.25 g; Witamina B12: 4.07 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.05 g; suma cukrów prostych: 83.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g; Magnez: 369.14 mg; Żelazo: 10.04 mg; Witamina A: 2854.05 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 94.66 mg; Witamina E: 7.95 mg; Sód: 3174.72 mg; Wapń: 1070.35 mg;

niedziela 2026-08-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 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, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2206.16 kcal; Białko ogółem: 104.23 g; Tłuszcz: 79.32 g; Węglowodany ogółem: 271.90 g; Witamina B12: 3.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.27 g; suma cukrów prostych: 77.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g; Magnez: 296.64 mg; Żelazo: 10.49 mg; Witamina A: 1665.50 mg; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 127.48 mg; Witamina E: 8.60 mg; Sód: 2663.51 mg; Wapń: 1075.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-08-09 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1964.80 kcal; Białko ogółem: 103.77 g; Tłuszcz: 54.90 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; Witamina B12: 3.68 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.09 g; suma cukrów prostych: 71.40 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g; Magnez: 281.22 mg; Żelazo: 7.33 mg; Witamina A: 3815.00 mg; Witamina B6: 2.60 mg; Witamina C: 113.63 mg; Witamina E: 9.74 mg; Sód: 1804.64 mg; Wapń: 1035.74 mg;

niedziela 2026-08-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), twaróg krajanka 50g(2), jabłko deserowe 1szt. 150g, rzodkiewka 100g, 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*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek małosolny 100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2268.58 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 73.23 g; Węglowodany ogółem: 291.53 g; Witamina B12: 3.97 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.38 g; suma cukrów prostych: 87.43 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g; Magnez: 363.94 mg; Żelazo: 10.06 mg; Witamina A: 2859.05 mg; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 94.66 mg; Witamina E: 7.96 mg; Sód: 3160.72 mg; Wapń: 1018.35 mg;

niedziela 2026-08-09 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, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, 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,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2162.89 kcal; Białko ogółem: 100.64 g; Tłuszcz: 76.74 g; Węglowodany ogółem: 263.58 g; Witamina B12: 3.04 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.09 g; suma cukrów prostych: 90.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.12 g; Magnez: 251.19 mg; Żelazo: 7.46 mg; Witamina A: 2975.01 mg; Witamina B6: 2.11 mg; Witamina C: 81.16 mg; Witamina E: 8.13 mg; Sód: 2280.87 mg; Wapń: 754.28 mg;

niedziela 2026-08-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek małosolny 100g , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2120.21 kcal; Białko ogółem: 104.30 g; Tłuszcz: 76.81 g; Węglowodany ogółem: 242.18 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.10 g; suma cukrów prostych: 68.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; Magnez: 402.54 mg; Żelazo: 13.74 mg; Witamina A: 3227.88 mg; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 103.53 mg; Witamina E: 8.24 mg; Sód: 3422.19 mg; Wapń: 847.18 mg;

niedziela 2026-08-09 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 mroż. 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]: 2199.10 kcal; Białko ogółem: 128.90 g; Tłuszcz: 105.13 g; Węglowodany ogółem: 184.70 g; Witamina B12: 5.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.52 g; suma cukrów prostych: 46.44 g; Błonnik pokarmowy: 17.40 g; Magnez: 365.66 mg; Żelazo: 12.31 mg; Witamina A: 2940.00 mg; Witamina B6: 3.81 mg; Witamina C: 91.04 mg; Witamina E: 6.20 mg; Sód: 1628.97 mg; Wapń: 961.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-08-09		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Płatki 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 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 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 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.10 kcal; Białko ogółem: 125.92 g; Tłuszcz: 78.68 g; Węglowodany ogółem: 286.40 g; Witamina B12: 4.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.24 g; suma cukrów prostych: 87.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g; Magnez: 289.22 mg; Żelazo: 8.32 mg; Witamina A: 3601.10 mg; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 114.33 mg; Witamina E: 9.29 mg; Sód: 1949.14 mg; Wapń: 1121.13 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-10 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), schab na kartki 50g*, arbuż 150g*, rukola 10g, papryka świeża 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ryż brązowy gotowany 200g, Mizeria z jogurtem 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), 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]: 2603.04 kcal; Białko ogółem: 122.85 g; Tłuszcz: 77.52 g; Węglowodany ogółem: 356.51 g; Witamina B12: 6.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 78.47 g; Błonnik pokarmowy: 38.13 g; Magnez: 429.14 mg; Żelazo: 14.19 mg; Witamina A: 1339.60 mg; Witamina B6: 3.92 mg; Witamina C: 213.21 mg; Witamina E: 10.13 mg; Sód: 4128.12 mg; Wapń: 944.94 mg;

poniedziałek 2026-08-10 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), arbuż 150g*, 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), Ryż gotowany 200g, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	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]: 2300.50 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 78.64 g; Węglowodany ogółem: 299.73 g; Witamina B12: 6.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 72.69 g; Błonnik pokarmowy: 16.09 g; Magnez: 234.57 mg; Żelazo: 7.66 mg; Witamina A: 2934.50 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 123.53 mg; Witamina E: 10.10 mg; Sód: 3582.34 mg; Wapń: 896.09 mg;

poniedziałek 2026-08-10 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), arbuż 150g*, schab na kartki 40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ryż brązowy gotowany 200g, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, 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]: 2419.14 kcal; Białko ogółem: 117.71 g; Tłuszcz: 83.73 g; Węglowodany ogółem: 301.52 g; Witamina B12: 6.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.41 g; suma cukrów prostych: 67.64 g; Błonnik pokarmowy: 36.22 g; Magnez: 448.04 mg; Żelazo: 14.79 mg; Witamina A: 985.30 mg; Witamina B6: 3.66 mg; Witamina C: 95.11 mg; Witamina E: 8.82 mg; Sód: 4235.12 mg; Wapń: 995.94 mg;

poniedziałek 2026-08-10 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), schab na kartki 50g*, arbuż 150g*, rukola 10g, papryka świeża 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ryż brązowy gotowany 200g, Mizeria z jogurtem 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), pomidor malinowy 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]: 2663.04 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 79.52 g; Węglowodany ogółem: 362.71 g; Witamina B12: 6.87 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.71 g; suma cukrów prostych: 82.67 g; Błonnik pokarmowy: 38.13 g; Magnez: 446.14 mg; Żelazo: 14.29 mg; Witamina A: 1355.60 mg; Witamina B6: 3.98 mg; Witamina C: 214.21 mg; Witamina E: 10.16 mg; Sód: 4191.12 mg; Wapń: 1114.94 mg;

poniedziałek 2026-08-10 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), arbuż 150g*, 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), ryż brązowy gotowany 200g, Kompot b/c 300g, bukiet warzyw królewski 150g,	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),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2174.90 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; Tłuszcz: 79.20 g; Węglowodany ogółem: 271.89 g; Witamina B12: 6.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.76 g; suma cukrów prostych: 72.92 g; Błonnik pokarmowy: 18.53 g; Magnez: 268.62 mg; Żelazo: 7.95 mg; Witamina A: 2934.50 mg; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 123.53 mg; Witamina E: 10.25 mg; Sód: 3390.69 mg; Wapń: 904.14 mg;

poniedziałek 2026-08-10		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), arbuz 150g*, 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), Ryż gotowany 200g, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	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),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2127.90 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 59.78 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; Witamina B12: 6.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.31 g; suma cukrów prostych: 72.88 g; Błonnik pokarmowy: 16.03 g; Magnez: 226.67 mg; Żelazo: 6.87 mg; Witamina A: 2851.90 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 123.53 mg; Witamina E: 9.59 mg; Sód: 3539.24 mg; Wapń: 885.49 mg;

poniedziałek 2026-08-10		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), schab na kartki 50g*, twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ryż brązowy gotowany 200g, Mizeria z jogurtem 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), 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]: 2652.04 kcal; Białko ogółem: 132.75 g; Tłuszcz: 77.77 g; Węglowodany ogółem: 358.26 g; Witamina B12: 6.82 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.66 g; suma cukrów prostych: 80.02 g; Błonnik pokarmowy: 38.13 g; Magnez: 433.64 mg; Żelazo: 14.29 mg; Witamina A: 1342.10 mg; Witamina B6: 3.96 mg; Witamina C: 213.21 mg; Witamina E: 10.13 mg; Sód: 4148.62 mg; Wapń: 992.94 mg;

poniedziałek 2026-08-10		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, arbuz 150g*, ser capresi 40g (2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ryż brązowy gotowany 200g, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), sok pomidorowy 200ml 1szt, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2395.39 kcal; Białko ogółem: 114.69 g; Tłuszcz: 88.60 g; Węglowodany ogółem: 283.71 g; Witamina B12: 6.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.03 g; suma cukrów prostych: 71.78 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g; Magnez: 318.95 mg; Żelazo: 11.69 mg; Witamina A: 1161.12 mg; Witamina B6: 3.36 mg; Witamina C: 105.02 mg; Witamina E: 8.96 mg; Sód: 4026.76 mg; Wapń: 811.99 mg;

poniedziałek 2026-08-10		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), arbuz 150g*, schab na kartki 40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ryż brązowy gotowany 200g, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), pomidor malinowy 90g , kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus jogurt, zboża i owoce leśne 100g (1,2) Tymbark,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.14 kcal; Białko ogółem: 117.71 g; Tłuszcz: 83.73 g; Węglowodany ogółem: 301.52 g; Witamina B12: 6.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.41 g; suma cukrów prostych: 67.64 g; Błonnik pokarmowy: 36.22 g; Magnez: 448.04 mg; Żelazo: 14.79 mg; Witamina A: 985.30 mg; Witamina B6: 3.66 mg; Witamina C: 95.11 mg; Witamina E: 8.82 mg; Sód: 4235.12 mg; Wapń: 995.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-08-10		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]: 2273.10 kcal; Białko ogółem: 136.48 g; Tłuszcz: 88.81 g; Węglowodany ogółem: 237.01 g; Witamina B12: 4.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.19 g; suma cukrów prostych: 55.36 g; Błonnik pokarmowy: 18.88 g; Magnez: 407.05 mg; Żelazo: 10.41 mg; Witamina A: 1593.93 mg; Witamina B6: 4.38 mg; Witamina C: 173.55 mg; Witamina E: 7.49 mg; Sód: 2014.80 mg; Wapń: 1052.37 mg;

poniedziałek 2026-08-10		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), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), schab na kartki 50g*, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	marchewkowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), Ryż gotowany 200g, Kompot b/c 300g, bukiet warzyw królewski 150g,	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]: 2508.80 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 92.25 g; Węglowodany ogółem: 300.52 g; Witamina B12: 6.93 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.91 g; suma cukrów prostych: 72.69 g; Błonnik pokarmowy: 16.15 g; Magnez: 242.37 mg; Żelazo: 8.44 mg; Witamina A: 2935.70 mg; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 123.53 mg; Witamina E: 10.36 mg; Sód: 3985.54 mg; Wapń: 905.09 mg;

Dietetyk

.....