

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślane 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z miruny panierowany smażony 130g (1,3,13), ziemniaki gotowane 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2516.80 kcal; Białko ogółem: 110.30 g; Tłuszcz: 84.24 g; Węglowodany ogółem: 332.87 g; Witamina B12: 8.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.46 g; suma cukrów prostych: 82.67 g; Błonnik pokarmowy: 34.80 g; Magnez: 445.61 mg; Żelazo: 15.99 mg; Witamina A: 2193.20 mg; Witamina B6: 3.10 mg; Witamina C: 153.64 mg; Witamina E: 12.49 mg; Sód: 2562.79 mg; Wapń: 1056.19 mg;

piątek 2026-08-21 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślane 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, bułka wrocławska 50g (1),	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2534.76 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 366.60 g; Witamina B12: 8.52 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.39 g; suma cukrów prostych: 153.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.96 g; Magnez: 370.16 mg; Żelazo: 12.38 mg; Witamina A: 2947.23 mg; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 174.62 mg; Witamina E: 11.03 mg; Sód: 2205.05 mg; Wapń: 1148.12 mg;

piątek 2026-08-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 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,	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1), Sos grecki 150g (1,2,13)*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), 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]: 2162.22 kcal; Białko ogółem: 108.33 g; Tłuszcz: 64.20 g; Węglowodany ogółem: 280.05 g; Witamina B12: 8.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.67 g; suma cukrów prostych: 65.82 g; Błonnik pokarmowy: 34.99 g; Magnez: 452.67 mg; Żelazo: 15.90 mg; Witamina A: 2260.98 mg; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 156.75 mg; Witamina E: 8.82 mg; Sód: 2513.74 mg; Wapń: 973.08 mg;

piątek 2026-08-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślane 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z miruny panierowany smażony 130g (1,3,13), ziemniaki gotowane 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2592.25 kcal; Białko ogółem: 113.03 g; Tłuszcz: 85.60 g; Węglowodany ogółem: 341.05 g; Witamina B12: 8.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.73 g; suma cukrów prostych: 90.85 g; Błonnik pokarmowy: 35.89 g; Magnez: 456.52 mg; Żelazo: 16.44 mg; Witamina A: 2345.02 mg; Witamina B6: 3.20 mg; Witamina C: 164.55 mg; Witamina E: 12.93 mg; Sód: 2846.43 mg; Wapń: 1070.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-08-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, bułka wrocławska 50g (1),	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2534.76 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 366.60 g; Witamina B12: 8.52 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.39 g; suma cukrów prostych: 153.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.96 g; Magnez: 370.16 mg; Żelazo: 12.38 mg; Witamina A: 2947.23 mg; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 174.62 mg; Witamina E: 11.03 mg; Sód: 2205.05 mg; Wapń: 1148.12 mg;

piątek 2026-08-21 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, bułka wrocławska 50g (1),	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg z koperkiem 50g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.05 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 58.38 g; Węglowodany ogółem: 367.92 g; Witamina B12: 7.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.12 g; suma cukrów prostych: 155.09 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g; Magnez: 363.06 mg; Żelazo: 10.37 mg; Witamina A: 2611.58 mg; Witamina B6: 2.92 mg; Witamina C: 175.93 mg; Witamina E: 10.06 mg; Sód: 2082.98 mg; Wapń: 1148.88 mg;

piątek 2026-08-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Serek fromage 80g (2), arbuz 150g*, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z miruny panierowany smażony 130g (1,3,13), ziemniaki gotowane 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2839.80 kcal; Białko ogółem: 110.40 g; Tłuszcz: 119.19 g; Węglowodany ogółem: 335.12 g; Witamina B12: 8.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 59.08 g; suma cukrów prostych: 83.12 g; Błonnik pokarmowy: 35.00 g; Magnez: 450.11 mg; Żelazo: 16.09 mg; Witamina A: 2534.70 mg; Witamina B6: 3.11 mg; Witamina C: 154.44 mg; Witamina E: 13.57 mg; Sód: 2921.29 mg; Wapń: 1062.19 mg;

piątek 2026-08-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 100g (2) 1szt, masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), Serek fromage 80g (2), kakao b/cukru 300ml (1,2), arbuz 150g*, szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt,	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z miruny panierowany smażony 130g (1,3,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), rukola 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2919.74 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 126.55 g; Węglowodany ogółem: 355.19 g; Witamina B12: 7.97 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.61 g; suma cukrów prostych: 148.76 g; Błonnik pokarmowy: 25.11 g; Magnez: 365.66 mg; Żelazo: 13.24 mg; Witamina A: 3280.07 mg; Witamina B6: 2.89 mg; Witamina C: 177.28 mg; Witamina E: 17.23 mg; Sód: 2581.15 mg; Wapń: 865.02 mg;

piątek 2026-08-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1), Sos grecki 150g (1,2,13)*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), 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]: 2162.22 kcal; Białko ogółem: 108.33 g; Tłuszcz: 64.20 g; Węglowodany ogółem: 280.05 g; Witamina B12: 8.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.67 g; suma cukrów prostych: 65.82 g; Błonnik pokarmowy: 34.99 g; Magnez: 452.67 mg; Żelazo: 15.90 mg; Witamina A: 2260.98 mg; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 156.75 mg; Witamina E: 8.82 mg; Sód: 2513.74 mg; Wapń: 973.08 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-08-21 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
kakao bez cukru 250ml (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 100g, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Masło 10g(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]: 2142.43 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 92.87 g; Węglowodany ogółem: 220.46 g; Witamina B12: 4.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.65 g; suma cukrów prostych: 48.68 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; Magnez: 380.05 mg; Żelazo: 9.75 mg; Witamina A: 2225.09 mg; Witamina B6: 3.78 mg; Witamina C: 201.98 mg; Witamina E: 7.40 mg; Sód: 800.94 mg; Wapń: 1096.36 mg;

piątek 2026-08-21 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Serek fromage 80g (2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, szpinak 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g, Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, rukola 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2904.26 kcal; Białko ogółem: 112.64 g; Tłuszcz: 111.48 g; Węglowodany ogółem: 369.15 g; Witamina B12: 8.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 58.01 g; suma cukrów prostych: 154.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g; Magnez: 374.66 mg; Żelazo: 12.48 mg; Witamina A: 3288.73 mg; Witamina B6: 2.99 mg; Witamina C: 175.42 mg; Witamina E: 12.10 mg; Sód: 2563.55 mg; Wapń: 1154.12 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), Ser żółty 40g (2), gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), ziemniaki gotowane 200g , Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.04 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 75.08 g; Węglowodany ogółem: 320.23 g; Witamina B12: 3.96 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.86 g; suma cukrów prostych: 79.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; Magnez: 360.76 mg; Żelazo: 10.75 mg; Witamina A: 1491.50 mg; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 273.17 mg; Witamina E: 13.17 mg; Sód: 5713.26 mg; Wapń: 1232.90 mg;

sobota 2026-08-22 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g , Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2187.32 kcal; Białko ogółem: 102.48 g; Tłuszcz: 68.76 g; Węglowodany ogółem: 293.03 g; Witamina B12: 3.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.70 g; suma cukrów prostych: 69.61 g; Błonnik pokarmowy: 18.55 g; Magnez: 271.77 mg; Żelazo: 8.46 mg; Witamina A: 3118.75 mg; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 106.26 mg; Witamina E: 10.75 mg; Sód: 5249.48 mg; Wapń: 842.26 mg;

sobota 2026-08-22 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 kaszą manną 400ml (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g*, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2198.37 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 67.99 g; Węglowodany ogółem: 293.65 g; Witamina B12: 2.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.21 g; suma cukrów prostych: 71.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g; Magnez: 377.36 mg; Żelazo: 11.70 mg; Witamina A: 1487.70 mg; Witamina B6: 2.92 mg; Witamina C: 254.59 mg; Witamina E: 13.39 mg; Sód: 5640.37 mg; Wapń: 833.87 mg;

sobota 2026-08-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), Ser żółty 40g (2), gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.04 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 75.72 g; Węglowodany ogółem: 336.43 g; Witamina B12: 3.96 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.86 g; suma cukrów prostych: 79.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.91 g; Magnez: 360.76 mg; Żelazo: 10.75 mg; Witamina A: 1491.50 mg; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 273.17 mg; Witamina E: 13.17 mg; Sód: 5713.26 mg; Wapń: 1232.90 mg;

sobota 2026-08-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, Marchew gotowana 100 g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2134.87 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 66.33 g; Węglowodany ogółem: 285.48 g; Witamina B12: 3.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.04 g; suma cukrów prostych: 67.33 g; Błonnik pokarmowy: 16.84 g; Magnez: 264.32 mg; Żelazo: 8.19 mg; Witamina A: 2343.25 mg; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 105.21 mg; Witamina E: 9.39 mg; Sód: 5213.38 mg; Wapń: 826.81 mg;

sobota 2026-08-22 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), schab gotowany 100g, Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1952.72 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 49.47 g; Węglowodany ogółem: 283.33 g; Witamina B12: 3.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.18 g; suma cukrów prostych: 69.05 g; Błonnik pokarmowy: 17.93 g; Magnez: 244.07 mg; Żelazo: 7.96 mg; Witamina A: 3022.85 mg; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 106.12 mg; Witamina E: 7.69 mg; Sód: 2449.88 mg; Wapń: 828.07 mg;

sobota 2026-08-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), Ser żółty 40g (2), twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2431.04 kcal; Białko ogółem: 116.06 g; Tłuszcz: 75.33 g; Węglowodany ogółem: 321.98 g; Witamina B12: 4.41 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.00 g; suma cukrów prostych: 80.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; Magnez: 365.26 mg; Żelazo: 10.85 mg; Witamina A: 1494.00 mg; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 273.17 mg; Witamina E: 13.18 mg; Sód: 5733.76 mg; Wapń: 1280.90 mg;

sobota 2026-08-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser żółty 20g. (2), pomidor malinowy 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	kalafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2101.42 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 71.51 g; Węglowodany ogółem: 268.18 g; Witamina B12: 2.52 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.00 g; suma cukrów prostych: 62.80 g; Błonnik pokarmowy: 15.49 g; Magnez: 257.16 mg; Żelazo: 8.66 mg; Witamina A: 958.64 mg; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 137.57 mg; Witamina E: 10.87 mg; Sód: 5456.00 mg; Wapń: 661.96 mg;

sobota 2026-08-22 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 kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2155.22 kcal; Białko ogółem: 100.26 g; Tłuszcz: 64.91 g; Węglowodany ogółem: 293.95 g; Witamina B12: 2.79 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.46 g; suma cukrów prostych: 69.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g; Magnez: 364.17 mg; Żelazo: 11.44 mg; Witamina A: 3508.65 mg; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 234.86 mg; Witamina E: 13.20 mg; Sód: 5499.38 mg; Wapń: 783.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-08-22		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
herbata bez cukru 250ml, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 100g, Szpinak gotowany 100g (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 100 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
	Podwieczorek: Jarzynowa 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]: 2156.00 kcal; Białko ogółem: 120.76 g; Tłuszcz: 103.60 g; Węglowodany ogółem: 184.65 g; Witamina B12: 5.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.08 g; suma cukrów prostych: 56.67 g; Błonnik pokarmowy: 17.18 g; Magnez: 381.07 mg; Żelazo: 13.04 mg; Witamina A: 3520.60 mg; Witamina B6: 3.59 mg; Witamina C: 108.90 mg; Witamina E: 8.26 mg; Sód: 914.74 mg; Wapń: 815.09 mg;

sobota 2026-08-22		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	kałafiorowa z kaszą manną 400ml (1,2,3,13), bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, kiełbasa szynkowa dębowa 50g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2359.32 kcal; Białko ogółem: 117.93 g; Tłuszcz: 73.26 g; Węglowodany ogółem: 310.63 g; Witamina B12: 3.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.15 g; suma cukrów prostych: 86.56 g; Błonnik pokarmowy: 18.65 g; Magnez: 286.77 mg; Żelazo: 9.11 mg; Witamina A: 3150.75 mg; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 106.96 mg; Witamina E: 10.93 mg; Sód: 5265.48 mg; Wapń: 923.76 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidor malinowy 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, brukselka gotowana z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek zielony 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.04 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 80.34 g; Węglowodany ogółem: 276.60 g; Witamina B12: 4.72 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.75 g; suma cukrów prostych: 69.85 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g; Magnez: 341.03 mg; Żelazo: 11.86 mg; Witamina A: 1525.75 mg; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 166.33 mg; Witamina E: 10.26 mg; Sód: 2522.25 mg; Wapń: 964.70 mg;

niedziela 2026-08-23 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g, serek tartare 2 szt. (40g),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, 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]: 2163.95 kcal; Białko ogółem: 104.90 g; Tłuszcz: 79.70 g; Węglowodany ogółem: 259.61 g; Witamina B12: 3.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.30 g; suma cukrów prostych: 67.83 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Magnez: 292.77 mg; Żelazo: 8.61 mg; Witamina A: 1869.10 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 188.93 mg; Witamina E: 10.29 mg; Sód: 2195.54 mg; Wapń: 1063.18 mg;

niedziela 2026-08-23 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. 153g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, Brukselka gotowana na parze z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek zielony 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]: 2102.22 kcal; Białko ogółem: 107.92 g; Tłuszcz: 76.93 g; Węglowodany ogółem: 233.68 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.12 g; suma cukrów prostych: 60.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; Magnez: 373.83 mg; Żelazo: 13.45 mg; Witamina A: 1646.08 mg; Witamina B6: 2.90 mg; Witamina C: 175.21 mg; Witamina E: 9.82 mg; Sód: 2659.22 mg; Wapń: 844.43 mg;

niedziela 2026-08-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidor malinowy 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, brukselka gotowana z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek zielony 100g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.04 kcal; Białko ogółem: 114.23 g; Tłuszcz: 92.04 g; Węglowodany ogółem: 281.90 g; Witamina B12: 6.82 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.94 g; suma cukrów prostych: 73.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g; Magnez: 363.03 mg; Żelazo: 14.16 mg; Witamina A: 1813.75 mg; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 166.33 mg; Witamina E: 11.02 mg; Sód: 2701.25 mg; Wapń: 1114.70 mg;

niedziela 2026-08-23 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, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, 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.,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.95 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 89.40 g; Węglowodany ogółem: 260.21 g; Witamina B12: 5.59 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.30 g; suma cukrów prostych: 67.83 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Magnez: 304.77 mg; Żelazo: 10.81 mg; Witamina A: 2141.10 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 188.93 mg; Witamina E: 11.02 mg; Sód: 2336.54 mg; Wapń: 1110.18 mg;

niedziela 2026-08-23 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(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)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1),	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]: 1930.70 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 47.39 g; Węglowodany ogółem: 264.59 g; Witamina B12: 3.74 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.91 g; suma cukrów prostych: 66.35 g; Błonnik pokarmowy: 24.63 g; Magnez: 288.12 mg; Żelazo: 7.95 mg; Witamina A: 1449.00 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 192.03 mg; Witamina E: 9.24 mg; Sód: 1338.64 mg; Wapń: 1050.14 mg;

niedziela 2026-08-23 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 35g (1 kromka) (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidor malinowy 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2), szynka dębowa 40g (1,2,8), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki gotowane 200g*, brukselka gotowana z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek zielony 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.24 kcal; Białko ogółem: 118.55 g; Tłuszcz: 91.68 g; Węglowodany ogółem: 277.60 g; Witamina B12: 6.48 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.45 g; suma cukrów prostych: 69.85 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g; Magnez: 358.63 mg; Żelazo: 14.42 mg; Witamina A: 1797.75 mg; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 166.33 mg; Witamina E: 11.08 mg; Sód: 2936.05 mg; Wapń: 1013.70 mg;

niedziela 2026-08-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, mus warzywno-owocowy 100g, pomidor malinowy 100g, Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 150g (2), 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*, brukselka gotowana z olejem 120g, 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, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.74 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 77.85 g; Węglowodany ogółem: 270.19 g; Witamina B12: 2.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.55 g; suma cukrów prostych: 88.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g; Magnez: 253.85 mg; Żelazo: 8.64 mg; Witamina A: 1468.65 mg; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 191.36 mg; Witamina E: 10.68 mg; Sód: 2167.97 mg; Wapń: 628.38 mg;

niedziela 2026-08-23 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. 153g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), pomidor malinowy 100g, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, Brukselka gotowana na parze z olejem 120g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek zielony 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]: 2242.22 kcal; Białko ogółem: 114.92 g; Tłuszcz: 86.63 g; Węglowodany ogółem: 234.28 g; Witamina B12: 6.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.12 g; suma cukrów prostych: 60.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; Magnez: 385.83 mg; Żelazo: 15.65 mg; Witamina A: 1918.08 mg; Witamina B6: 3.00 mg; Witamina C: 175.21 mg; Witamina E: 10.55 mg; Sód: 2800.22 mg; Wapń: 891.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-08-23		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
herbata bez cukru 250ml, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3),	Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Buraczki gotowane 100g^,	herbata bez cukru 250ml, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana z olejem 120g^, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2251.65 kcal; Białko ogółem: 137.64 g; Tłuszcz: 121.68 g; Węglowodany ogółem: 145.00 g; Witamina B12: 7.63 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.11 g; suma cukrów prostych: 47.37 g; Błonnik pokarmowy: 15.17 g; Magnez: 342.40 mg; Żelazo: 13.65 mg; Witamina A: 3557.77 mg; Witamina B6: 3.36 mg; Witamina C: 74.37 mg; Witamina E: 8.02 mg; Sód: 1800.20 mg; Wapń: 1019.80 mg;

niedziela 2026-08-23		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa 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, kurczak gotowany premium 50g ,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, 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]: 2266.95 kcal; Białko ogółem: 124.30 g; Tłuszcz: 81.40 g; Węglowodany ogółem: 261.96 g; Witamina B12: 4.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.14 g; suma cukrów prostych: 69.63 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Magnez: 297.27 mg; Żelazo: 8.71 mg; Witamina A: 1871.60 mg; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 188.93 mg; Witamina E: 10.30 mg; Sód: 2577.04 mg; Wapń: 1111.18 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka grahamka 50g(1), schab na kartki 50g*, rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , arbuz 150g*,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Knedle ze śliwkami 300g (1,2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (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: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2751.44 kcal; Białko ogółem: 114.50 g; Tłuszcz: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 397.41 g; Witamina B12: 3.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.31 g; suma cukrów prostych: 96.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g; Magnez: 328.44 mg; Żelazo: 12.49 mg; Witamina A: 1428.10 mg; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 199.69 mg; Witamina E: 9.62 mg; Sód: 2256.87 mg; Wapń: 915.59 mg;

poniedziałek 2026-08-24 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , arbuz 150g*,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , 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: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2297.35 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 73.03 g; Węglowodany ogółem: 315.81 g; Witamina B12: 3.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.56 g; suma cukrów prostych: 82.95 g; Błonnik pokarmowy: 12.53 g; Magnez: 189.17 mg; Żelazo: 6.84 mg; Witamina A: 955.30 mg; Witamina B6: 1.68 mg; Witamina C: 89.01 mg; Witamina E: 6.97 mg; Sód: 1782.69 mg; Wapń: 855.59 mg;

poniedziałek 2026-08-24 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), schab na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , arbuz 150g*,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, ryż brązowy z jabłkiem, serem i cynamonem 350g(2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.59 kcal; Białko ogółem: 107.03 g; Tłuszcz: 75.41 g; Węglowodany ogółem: 289.55 g; Witamina B12: 3.59 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.85 g; suma cukrów prostych: 76.52 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g; Magnez: 382.34 mg; Żelazo: 13.81 mg; Witamina A: 1405.30 mg; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 198.83 mg; Witamina E: 10.10 mg; Sód: 2102.82 mg; Wapń: 1005.54 mg;

poniedziałek 2026-08-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka grahamka 50g(1), schab na kartki 50g*, rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , arbuz 150g*,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Knedle ze śliwkami 300g (1,2), 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, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2811.44 kcal; Białko ogółem: 118.80 g; Tłuszcz: 77.98 g; Węglowodany ogółem: 403.61 g; Witamina B12: 3.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.50 g; suma cukrów prostych: 100.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g; Magnez: 345.44 mg; Żelazo: 12.59 mg; Witamina A: 1444.10 mg; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 200.69 mg; Witamina E: 9.65 mg; Sód: 2319.87 mg; Wapń: 1085.59 mg;

poniedziałek 2026-08-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , arbuz 150g*,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , 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: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2297.35 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 73.03 g; Węglowodany ogółem: 315.81 g; Witamina B12: 3.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.56 g; suma cukrów prostych: 82.95 g; Błonnik pokarmowy: 12.53 g; Magnez: 189.17 mg; Żelazo: 6.84 mg; Witamina A: 955.30 mg; Witamina B6: 1.68 mg; Witamina C: 89.01 mg; Witamina E: 6.97 mg; Sód: 1782.69 mg; Wapń: 855.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-08-24 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , arbuz 150g*,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , pomidor malinowy 90g, Mix salat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1931.05 kcal; Białko ogółem: 122.56 g; Tłuszcz: 54.35 g; Węglowodany ogółem: 238.77 g; Witamina B12: 3.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.81 g; suma cukrów prostych: 71.42 g; Błonnik pokarmowy: 9.43 g; Magnez: 217.72 mg; Żelazo: 5.97 mg; Witamina A: 875.70 mg; Witamina B6: 2.21 mg; Witamina C: 77.97 mg; Witamina E: 6.18 mg; Sód: 1616.74 mg; Wapń: 843.34 mg;

poniedziałek 2026-08-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka grahamka 50g(1), schab na kartki 50g*, schab na kartki 50g*, rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , arbuz 150g*,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Knedle ze śliwkami 300g (1,2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix salat 10g, herbata 1 torebka, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2807.94 kcal; Białko ogółem: 124.50 g; Tłuszcz: 77.53 g; Węglowodany ogółem: 397.96 g; Witamina B12: 3.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.06 g; suma cukrów prostych: 96.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g; Magnez: 328.44 mg; Żelazo: 12.49 mg; Witamina A: 1428.10 mg; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 199.69 mg; Witamina E: 9.62 mg; Sód: 2256.87 mg; Wapń: 915.59 mg;

poniedziałek 2026-08-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, ser żółty 20g. (2), rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , arbuz 150g*,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Knedle ze śliwkami 300g (1,2), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix salat 10g, herbata 1 torebka, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.74 kcal; Białko ogółem: 104.84 g; Tłuszcz: 81.79 g; Węglowodany ogółem: 317.58 g; Witamina B12: 3.03 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.78 g; suma cukrów prostych: 83.05 g; Błonnik pokarmowy: 14.61 g; Magnez: 211.94 mg; Żelazo: 9.66 mg; Witamina A: 1085.40 mg; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 87.79 mg; Witamina E: 8.03 mg; Sód: 1609.37 mg; Wapń: 788.59 mg;

poniedziałek 2026-08-24 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), schab na kartki 50g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , mus warzywno-owocowy 100g,	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, ryż brązowy z jabłkiem, serem i cynamonem 350g(2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.59 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 75.36 g; Węglowodany ogółem: 293.75 g; Witamina B12: 3.59 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.85 g; suma cukrów prostych: 77.22 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g; Magnez: 379.34 mg; Żelazo: 13.51 mg; Witamina A: 1348.30 mg; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 202.83 mg; Witamina E: 9.95 mg; Sód: 2101.32 mg; Wapń: 996.54 mg;

poniedziałek 2026-08-24 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.,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, Masło 5g(2),	Ryżowa 400ml* (8,13), herbata bez cukru 250ml, 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: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2212.83 kcal; Białko ogółem: 155.66 g; Tłuszcz: 92.63 g; Węglowodany ogółem: 194.11 g; Witamina B12: 5.75 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.12 g; suma cukrów prostych: 64.02 g; Błonnik pokarmowy: 15.55 g; Magnez: 365.28 mg; Żelazo: 9.55 mg; Witamina A: 1820.99 mg; Witamina B6: 3.72 mg; Witamina C: 153.44 mg; Witamina E: 7.32 mg; Sód: 1698.47 mg; Wapń: 1148.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-08-24	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), schab na kartki 50g*, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , arbuż 150g*,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, ryż z jabłkiem z rodzynkami i cynamonem 300g , Kompot b/c 300g,	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: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2589.15 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 94.79 g; Węglowodany ogółem: 316.65 g; Witamina B12: 5.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.09 g; suma cukrów prostych: 82.95 g; Błonnik pokarmowy: 12.59 g; Magnez: 208.97 mg; Żelazo: 9.82 mg; Witamina A: 1228.50 mg; Witamina B6: 1.89 mg; Witamina C: 89.01 mg; Witamina E: 7.96 mg; Sód: 2326.89 mg; Wapń: 911.59 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Filet pieczony z indyka 50g, brzoskwinia 1szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	żurek z ziemniakami 400ml* (1,2,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2353.15 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 85.84 g; Węglowodany ogółem: 282.19 g; Witamina B12: 7.84 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.18 g; suma cukrów prostych: 61.22 g; Błonnik pokarmowy: 21.89 g; Magnez: 333.64 mg; Żelazo: 12.12 mg; Witamina A: 1196.86 mg; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 88.08 mg; Witamina E: 8.28 mg; Sód: 3898.24 mg; Wapń: 960.20 mg;

wtorek 2026-08-25 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Filet pieczony z indyka 50g, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2503.50 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 79.47 g; Węglowodany ogółem: 321.10 g; Witamina B12: 7.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.22 g; suma cukrów prostych: 110.99 g; Błonnik pokarmowy: 16.39 g; Magnez: 284.40 mg; Żelazo: 11.40 mg; Witamina A: 1539.50 mg; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 87.54 mg; Witamina E: 10.11 mg; Sód: 3865.46 mg; Wapń: 940.89 mg;

wtorek 2026-08-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), serek tartare 2 szt. (40g), brzoskwinia 1szt, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.60 kcal; Białko ogółem: 102.01 g; Tłuszcz: 81.44 g; Węglowodany ogółem: 259.98 g; Witamina B12: 7.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.95 g; suma cukrów prostych: 44.80 g; Błonnik pokarmowy: 22.67 g; Magnez: 353.70 mg; Żelazo: 12.96 mg; Witamina A: 1696.20 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 89.88 mg; Witamina E: 8.96 mg; Sód: 4317.96 mg; Wapń: 830.19 mg;

wtorek 2026-08-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Filet pieczony z indyka 50g, brzoskwinia 1szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	żurek z ziemniakami 400ml* (1,2,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2431.15 kcal; Białko ogółem: 106.64 g; Tłuszcz: 86.48 g; Węglowodany ogółem: 298.39 g; Witamina B12: 7.84 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.18 g; suma cukrów prostych: 61.22 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g; Magnez: 333.64 mg; Żelazo: 12.12 mg; Witamina A: 1196.86 mg; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 88.08 mg; Witamina E: 8.28 mg; Sód: 3898.24 mg; Wapń: 960.20 mg;

wtorek 2026-08-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Filet pieczony z indyka 50g, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2337.70 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 61.77 g; Węglowodany ogółem: 322.18 g; Witamina B12: 6.73 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.89 g; suma cukrów prostych: 112.48 g; Błonnik pokarmowy: 16.39 g; Magnez: 276.80 mg; Żelazo: 9.29 mg; Witamina A: 1188.60 mg; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 87.54 mg; Witamina E: 9.13 mg; Sód: 3744.06 mg; Wapń: 940.29 mg;

wtorek 2026-08-25		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Filet pieczony z indyka 50g, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2204.70 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 60.97 g; Węglowodany ogółem: 311.58 g; Witamina B12: 7.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.47 g; suma cukrów prostych: 105.08 g; Błonnik pokarmowy: 15.69 g; Magnez: 291.80 mg; Żelazo: 9.49 mg; Witamina A: 1207.60 mg; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 97.44 mg; Witamina E: 9.20 mg; Sód: 3791.06 mg; Wapń: 1074.29 mg;

wtorek 2026-08-25		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Filet pieczony z indyka 50g, serek tartare 2 szt. (40g), brzoskwinia 1szt, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	żurek z ziemniakami 400ml* (1,2,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2429.95 kcal; Białko ogółem: 107.05 g; Tłuszcz: 93.04 g; Węglowodany ogółem: 283.15 g; Witamina B12: 8.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.28 g; suma cukrów prostych: 64.28 g; Błonnik pokarmowy: 21.89 g; Magnez: 341.64 mg; Żelazo: 12.32 mg; Witamina A: 1558.86 mg; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 88.08 mg; Witamina E: 9.42 mg; Sód: 4294.24 mg; Wapń: 1015.20 mg;

wtorek 2026-08-25		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), Filet pieczony z indyka 50g, brzoskwinia 1szt, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, miód 1 szt.(25g), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	żurek z ziemniakami 400ml* (1,2,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), pasta jajeczna z nasionami słonecznika 60g (3,13,11)^, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.18 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 99.89 g; Węglowodany ogółem: 263.50 g; Witamina B12: 7.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.48 g; suma cukrów prostych: 74.52 g; Błonnik pokarmowy: 15.35 g; Magnez: 283.87 mg; Żelazo: 10.86 mg; Witamina A: 1620.15 mg; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 84.95 mg; Witamina E: 12.91 mg; Sód: 3914.52 mg; Wapń: 793.96 mg;

wtorek 2026-08-25		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), serek tartare 2 szt. (40g), brzoskwinia 1szt, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.60 kcal; Białko ogółem: 102.01 g; Tłuszcz: 81.44 g; Węglowodany ogółem: 259.98 g; Witamina B12: 7.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.95 g; suma cukrów prostych: 44.80 g; Błonnik pokarmowy: 22.67 g; Magnez: 353.70 mg; Żelazo: 12.96 mg; Witamina A: 1696.20 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 89.88 mg; Witamina E: 8.96 mg; Sód: 4317.96 mg; Wapń: 830.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-08-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Szpinakowa z zacierką 400ml(1,2,3,8,13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, Marchew gotowana 100 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	herbata bez cukru 250ml, Grysiowa 350ml*(1,8,13), Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2192.43 kcal; Białko ogółem: 141.41 g; Tłuszcz: 94.43 g; Węglowodany ogółem: 190.13 g; Witamina B12: 6.19 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.48 g; suma cukrów prostych: 58.74 g; Błonnik pokarmowy: 16.58 g; Magnez: 333.65 mg; Żelazo: 11.18 mg; Witamina A: 3987.49 mg; Witamina B6: 3.20 mg; Witamina C: 65.84 mg; Witamina E: 7.31 mg; Sód: 1900.87 mg; Wapń: 977.98 mg;

wtorek 2026-08-25 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Filet pieczony z indyka 50g, brzoskwinia 1szt, ser capresi 40g (2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Szpinakowa z zacierką 350ml(1,2,3,8,13), Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g, Kompot b/c 300g, salata zielona z jogurtem 100g (2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek 50g(2)^, roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g, szynka dębową 50g (1,2,3,8,11,13),
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.40 kcal; Białko ogółem: 121.89 g; Tłuszcz: 84.67 g; Węglowodany ogółem: 321.35 g; Witamina B12: 7.40 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.65 g; suma cukrów prostych: 112.95 g; Błonnik pokarmowy: 16.66 g; Magnez: 298.25 mg; Żelazo: 10.35 mg; Witamina A: 1517.70 mg; Witamina B6: 2.70 mg; Witamina C: 95.98 mg; Witamina E: 10.06 mg; Sód: 4090.86 mg; Wapń: 1120.35 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), szynkowa dębowa 50g ^, jabłko deserowe 1szt. 153g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), kasza gryczana 200g, surówka z czerwonej kapusty 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2477.07 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 70.97 g; Węglowodany ogółem: 330.96 g; Witamina B12: 3.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 77.64 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Magnez: 428.51 mg; Żelazo: 11.81 mg; Witamina A: 1223.31 mg; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 250.06 mg; Witamina E: 12.74 mg; Sód: 2602.12 mg; Wapń: 1203.68 mg;

środa 2026-08-26 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz z indyka 250g (1,13), buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2136.49 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 74.20 g; Węglowodany ogółem: 273.82 g; Witamina B12: 3.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.84 g; suma cukrów prostych: 80.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g; Magnez: 262.57 mg; Żelazo: 10.32 mg; Witamina A: 1391.75 mg; Witamina B6: 1.59 mg; Witamina C: 103.55 mg; Witamina E: 9.19 mg; Sód: 2553.50 mg; Wapń: 918.19 mg;

środa 2026-08-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka z ziarnami 70g (1), chleb graham 50g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, szynkowa dębowa 50g ^, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), Kasza gryczana gotowana 200 g, surówka z czerwonej kapusty 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g ,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2405.93 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 80.59 g; Węglowodany ogółem: 288.14 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.72 g; suma cukrów prostych: 60.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.77 g; Magnez: 399.97 mg; Żelazo: 11.45 mg; Witamina A: 1284.25 mg; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 247.36 mg; Witamina E: 12.84 mg; Sód: 2587.59 mg; Wapń: 1254.93 mg;

środa 2026-08-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), szynkowa dębowa 50g ^, jabłko deserowe 1szt. 153g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), kasza gryczana 200g, surówka z czerwonej kapusty 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 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]: 2537.07 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 72.97 g; Węglowodany ogółem: 337.16 g; Witamina B12: 3.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.69 g; suma cukrów prostych: 81.84 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Magnez: 445.51 mg; Żelazo: 11.91 mg; Witamina A: 1239.31 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 251.06 mg; Witamina E: 12.77 mg; Sód: 2665.12 mg; Wapń: 1373.68 mg;

środa 2026-08-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz z indyka 250g (1,13), surówka z czerwonej kapusty 150g, Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka, Sos pomidorowy 100ml (1,2),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2240.53 kcal; Białko ogółem: 95.75 g; Tłuszcz: 84.37 g; Węglowodany ogółem: 275.86 g; Witamina B12: 3.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.31 g; suma cukrów prostych: 81.10 g; Błonnik pokarmowy: 21.73 g; Magnez: 262.40 mg; Żelazo: 8.69 mg; Witamina A: 1585.90 mg; Witamina B6: 1.93 mg; Witamina C: 167.47 mg; Witamina E: 14.44 mg; Sód: 2107.47 mg; Wapń: 940.02 mg;

środa 2026-08-26 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g,	masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg 50g(2)^, szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1983.11 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 268.95 g; Witamina B12: 3.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.26 g; suma cukrów prostych: 77.73 g; Błonnik pokarmowy: 20.98 g; Magnez: 299.14 mg; Żelazo: 10.54 mg; Witamina A: 777.65 mg; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 103.55 mg; Witamina E: 6.79 mg; Sód: 2054.36 mg; Wapń: 887.26 mg;

środa 2026-08-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), szynkowa dębowa 50g ^, ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, papryka świeża 90g , roszponka 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	OGórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), kasza gryczana 200g, surówka z czerwonej kapusty 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, ogórek świeży 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2587.07 kcal; Białko ogółem: 93.72 g; Tłuszcz: 80.17 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.90 g; suma cukrów prostych: 77.68 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Magnez: 437.31 mg; Żelazo: 12.01 mg; Witamina A: 1316.11 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 250.06 mg; Witamina E: 12.94 mg; Sód: 2988.52 mg; Wapń: 1358.08 mg;

środa 2026-08-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 90g, roszponka 10g,	OGórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), kasza gryczana 200g, surówka z czerwonej kapusty 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2213.97 kcal; Białko ogółem: 75.39 g; Tłuszcz: 78.63 g; Węglowodany ogółem: 257.52 g; Witamina B12: 2.64 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.48 g; suma cukrów prostych: 62.86 g; Błonnik pokarmowy: 24.40 g; Magnez: 271.32 mg; Żelazo: 7.23 mg; Witamina A: 983.19 mg; Witamina B6: 1.65 mg; Witamina C: 157.58 mg; Witamina E: 10.84 mg; Sód: 1903.76 mg; Wapń: 1106.46 mg;

środa 2026-08-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 50g (1), bułka z ziarnami 70g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, szynkowa dębowa 50g ^, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), kasza gryczana 200g, surówka z czerwonej kapusty 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g ,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.33 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 80.90 g; Węglowodany ogółem: 290.57 g; Witamina B12: 3.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.78 g; suma cukrów prostych: 60.76 g; Błonnik pokarmowy: 33.36 g; Magnez: 407.57 mg; Żelazo: 11.55 mg; Witamina A: 1284.25 mg; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 247.36 mg; Witamina E: 12.85 mg; Sód: 2587.59 mg; Wapń: 1255.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-08-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, buraczki gotowane z olejem 120g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuły gotowane z olejem 120 g,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.16 kcal; Białko ogółem: 117.51 g; Tłuszcz: 106.64 g; Węglowodany ogółem: 196.17 g; Witamina B12: 6.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.36 g; suma cukrów prostych: 79.90 g; Błonnik pokarmowy: 16.79 g; Magnez: 368.13 mg; Żelazo: 12.58 mg; Witamina A: 1716.85 mg; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 139.83 mg; Witamina E: 9.01 mg; Sód: 970.19 mg; Wapń: 1220.03 mg;

środa 2026-08-26 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser capresi 40g (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Gulasz z indyka 250g (1,13), buraczki gotowane 150g(1,2), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2297.99 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 85.35 g; Węglowodany ogółem: 276.95 g; Witamina B12: 3.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.24 g; suma cukrów prostych: 80.90 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g; Magnez: 271.37 mg; Żelazo: 10.52 mg; Witamina A: 1484.55 mg; Witamina B6: 1.65 mg; Witamina C: 103.55 mg; Witamina E: 9.39 mg; Sód: 2939.90 mg; Wapń: 1072.59 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2675.69 kcal; Białko ogółem: 114.85 g; Tłuszcz: 74.40 g; Węglowodany ogółem: 363.53 g; Witamina B12: 3.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.63 g; suma cukrów prostych: 80.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.20 g; Magnez: 460.89 mg; Żelazo: 13.78 mg; Witamina A: 1044.34 mg; Witamina B6: 3.32 mg; Witamina C: 137.25 mg; Witamina E: 8.95 mg; Sód: 3763.36 mg; Wapń: 1006.96 mg;

czwartek 2026-08-27 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), szpinak gotowany 150g (2), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2431.54 kcal; Białko ogółem: 108.49 g; Tłuszcz: 76.25 g; Węglowodany ogółem: 302.26 g; Witamina B12: 3.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.88 g; suma cukrów prostych: 72.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g; Magnez: 350.89 mg; Żelazo: 12.39 mg; Witamina A: 2040.34 mg; Witamina B6: 3.22 mg; Witamina C: 191.10 mg; Witamina E: 10.73 mg; Sód: 2489.16 mg; Wapń: 962.06 mg;

czwartek 2026-08-27 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), twaróg krajanka 50g(2), kiwi 1szt. 80g, kielbasa szynkowa dębowa 30g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2281.79 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 70.54 g; Węglowodany ogółem: 299.85 g; Witamina B12: 3.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.39 g; suma cukrów prostych: 51.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.54 g; Magnez: 464.09 mg; Żelazo: 14.34 mg; Witamina A: 986.94 mg; Witamina B6: 3.40 mg; Witamina C: 170.85 mg; Witamina E: 8.49 mg; Sód: 3630.16 mg; Wapń: 748.16 mg;

czwartek 2026-08-27 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), twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt. 150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2753.69 kcal; Białko ogółem: 116.45 g; Tłuszcz: 75.04 g; Węglowodany ogółem: 379.73 g; Witamina B12: 3.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.63 g; suma cukrów prostych: 80.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.80 g; Magnez: 460.89 mg; Żelazo: 13.78 mg; Witamina A: 1044.34 mg; Witamina B6: 3.32 mg; Witamina C: 137.25 mg; Witamina E: 8.95 mg; Sód: 3763.36 mg; Wapń: 1006.96 mg;

czwartek 2026-08-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), szpinak gotowany 150g (2), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2431.54 kcal; Białko ogółem: 108.49 g; Tłuszcz: 76.25 g; Węglowodany ogółem: 302.26 g; Witamina B12: 3.91 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.88 g; suma cukrów prostych: 72.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g; Magnez: 350.89 mg; Żelazo: 12.39 mg; Witamina A: 2040.34 mg; Witamina B6: 3.22 mg; Witamina C: 191.10 mg; Witamina E: 10.73 mg; Sód: 2489.16 mg; Wapń: 962.06 mg;

czwartek 2026-08-27		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 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, szpinak gotowany 150g (2), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g,	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]: 2224.50 kcal; Białko ogółem: 116.31 g; Tłuszcz: 52.82 g; Węglowodany ogółem: 298.81 g; Witamina B12: 3.39 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.21 g; suma cukrów prostych: 71.04 g; Błonnik pokarmowy: 22.03 g; Magnez: 342.25 mg; Żelazo: 11.04 mg; Witamina A: 1809.50 mg; Witamina B6: 3.21 mg; Witamina C: 179.49 mg; Witamina E: 9.31 mg; Sód: 1678.60 mg; Wapń: 931.39 mg;

czwartek 2026-08-27		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), twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt. 150g, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, Ser żółty 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ogórek kiszony 90g , roszponka 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2809.29 kcal; Białko ogółem: 124.85 g; Tłuszcz: 84.80 g; Węglowodany ogółem: 363.57 g; Witamina B12: 4.59 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.83 g; suma cukrów prostych: 80.21 g; Błonnik pokarmowy: 34.20 g; Magnez: 473.29 mg; Żelazo: 14.06 mg; Witamina A: 1154.74 mg; Witamina B6: 3.33 mg; Witamina C: 137.25 mg; Witamina E: 9.11 mg; Sód: 3991.36 mg; Wapń: 1329.76 mg;

czwartek 2026-08-27		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z zieloną pietruszką 100g(2), mus warzywno-owocowy 100g, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), roszponka 10g, herbata 1 torebka, sok pomidorowy 200ml 1szt, ketchup 1 szt. 20g (1,13),
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2395.01 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 76.51 g; Węglowodany ogółem: 283.92 g; Witamina B12: 3.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.85 g; suma cukrów prostych: 70.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g; Magnez: 310.67 mg; Żelazo: 10.65 mg; Witamina A: 1187.42 mg; Witamina B6: 3.04 mg; Witamina C: 156.29 mg; Witamina E: 8.54 mg; Sód: 2690.97 mg; Wapń: 817.30 mg;

czwartek 2026-08-27		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), twaróg krajanka 50g(2), kiwi 1szt. 80g, kiełbasa szynkowa dębowa 30g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g , fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), sok pomidorowy 200ml 1szt, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2346.44 kcal; Białko ogółem: 113.04 g; Tłuszcz: 71.81 g; Węglowodany ogółem: 306.32 g; Witamina B12: 3.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.63 g; suma cukrów prostych: 59.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g; Magnez: 436.30 mg; Żelazo: 14.43 mg; Witamina A: 1123.46 mg; Witamina B6: 3.50 mg; Witamina C: 178.16 mg; Witamina E: 8.93 mg; Sód: 3281.10 mg; Wapń: 746.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-08-27		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 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	Ryżowa 350ml(8,13), brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
	Podwieczorek: ryżowa 400ml (13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2335.66 kcal; Białko ogółem: 127.07 g; Tłuszcz: 113.17 g; Węglowodany ogółem: 174.47 g; Witamina B12: 5.44 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.00 g; suma cukrów prostych: 68.85 g; Błonnik pokarmowy: 13.27 g; Magnez: 274.57 mg; Żelazo: 9.28 mg; Witamina A: 3670.90 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 86.59 mg; Witamina E: 8.82 mg; Sód: 1741.38 mg; Wapń: 790.65 mg;

czwartek 2026-08-27		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), twaróg krajanka 50g(2), Pomidorki koktajlowe 90g, rukola 10g,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), Rolada drobiowa z brokułami 120g w sosie własnym (1,2,3,13), szpinak gotowany 150g (2), ziemniaki gotowane 200g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 90g 3szt. (1,11), roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2553.94 kcal; Białko ogółem: 122.39 g; Tłuszcz: 82.83 g; Węglowodany ogółem: 302.68 g; Witamina B12: 4.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.15 g; suma cukrów prostych: 72.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.00 g; Magnez: 354.79 mg; Żelazo: 12.78 mg; Witamina A: 2040.94 mg; Witamina B6: 3.28 mg; Witamina C: 191.10 mg; Witamina E: 10.86 mg; Sód: 2690.76 mg; Wapń: 966.56 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), ser capresi 40g (2), arbus 150g*, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2), dżem 25g - 1 szt.,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkami 150g (11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.43 kcal; Białko ogółem: 104.69 g; Tłuszcz: 89.42 g; Węglowodany ogółem: 346.69 g; Witamina B12: 5.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.54 g; suma cukrów prostych: 115.38 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g; Magnez: 358.90 mg; Żelazo: 11.83 mg; Witamina A: 1412.52 mg; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 121.76 mg; Witamina E: 12.39 mg; Sód: 3027.68 mg; Wapń: 1164.76 mg;

piątek 2026-08-28 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), ser capresi 40g (2), arbus 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem 25g x 2 szt., bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z koperkiem 50g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.45 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 69.19 g; Węglowodany ogółem: 353.43 g; Witamina B12: 4.82 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 144.96 g; Błonnik pokarmowy: 18.23 g; Magnez: 294.60 mg; Żelazo: 9.34 mg; Witamina A: 1952.40 mg; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 132.77 mg; Witamina E: 8.09 mg; Sód: 2180.70 mg; Wapń: 1188.65 mg;

piątek 2026-08-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), arbus 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 gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkami 150g (11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab Grzegorza 50g , Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1853.31 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 49.63 g; Węglowodany ogółem: 240.25 g; Witamina B12: 4.07 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.49 g; suma cukrów prostych: 60.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.02 g; Magnez: 341.66 mg; Żelazo: 10.22 mg; Witamina A: 1282.09 mg; Witamina B6: 2.40 mg; Witamina C: 109.04 mg; Witamina E: 5.74 mg; Sód: 2564.65 mg; Wapń: 940.59 mg;

piątek 2026-08-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), ser capresi 40g (2), arbus 150g*, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkami 150g (11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(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]: 2520.88 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 90.58 g; Węglowodany ogółem: 317.07 g; Witamina B12: 5.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.80 g; suma cukrów prostych: 86.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g; Magnez: 364.81 mg; Żelazo: 11.98 mg; Witamina A: 1563.33 mg; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 121.27 mg; Witamina E: 12.77 mg; Sód: 3310.32 mg; Wapń: 1166.30 mg;

piątek 2026-08-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), ser capresi 40g (2), arbus 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem 25g x 2 szt., bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw 150g, Sos koperkowy 100g (1), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z koperkiem 50g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.45 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 69.19 g; Węglowodany ogółem: 353.43 g; Witamina B12: 4.82 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 144.96 g; Błonnik pokarmowy: 18.23 g; Magnez: 294.60 mg; Żelazo: 9.34 mg; Witamina A: 1952.40 mg; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 132.77 mg; Witamina E: 8.09 mg; Sód: 2180.70 mg; Wapń: 1188.65 mg;

piątek 2026-08-28		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Masło 10g(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem 25g x 2 szt., bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkiem 150g (11,13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek z koperkiem 50g(2), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.32 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 55.12 g; Węglowodany ogółem: 357.75 g; Witamina B12: 4.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.65 g; suma cukrów prostych: 148.33 g; Błonnik pokarmowy: 19.08 g; Magnez: 292.70 mg; Żelazo: 9.68 mg; Witamina A: 1336.40 mg; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 131.19 mg; Witamina E: 8.27 mg; Sód: 2101.43 mg; Wapń: 1116.28 mg;

piątek 2026-08-28		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
kasza manna na mleku 350ml (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 , szpinak 10g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkiem 150g (11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), Rzodkiewka 90g , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2707.43 kcal; Białko ogółem: 109.99 g; Tłuszcz: 115.22 g; Węglowodany ogółem: 311.41 g; Witamina B12: 4.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.89 g; suma cukrów prostych: 80.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; Magnez: 354.10 mg; Żelazo: 11.53 mg; Witamina A: 1662.72 mg; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 111.16 mg; Witamina E: 13.21 mg; Sód: 3019.28 mg; Wapń: 1051.36 mg;

piątek 2026-08-28		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), kakao b/cukru 300ml (1,2), arbuz 150g*, szpinak 10g, dżem 25g x 2 szt.,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkiem 150g (11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2592.66 kcal; Białko ogółem: 102.69 g; Tłuszcz: 92.29 g; Węglowodany ogółem: 339.81 g; Witamina B12: 5.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.83 g; suma cukrów prostych: 141.82 g; Błonnik pokarmowy: 18.60 g; Magnez: 279.08 mg; Żelazo: 11.91 mg; Witamina A: 1600.51 mg; Witamina B6: 2.30 mg; Witamina C: 117.63 mg; Witamina E: 14.92 mg; Sód: 2199.91 mg; Wapń: 809.82 mg;

piątek 2026-08-28		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 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 gotowane 200g*, surówka z kapusty kiszzonej z buraczkiem 150g (11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab Grzegorza 50g , Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, rukola 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1843.31 kcal; Białko ogółem: 101.07 g; Tłuszcz: 49.63 g; Węglowodany ogółem: 238.75 g; Witamina B12: 4.07 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.49 g; suma cukrów prostych: 60.47 g; Błonnik pokarmowy: 23.02 g; Magnez: 334.66 mg; Żelazo: 10.22 mg; Witamina A: 1282.09 mg; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 108.04 mg; Witamina E: 5.74 mg; Sód: 2539.65 mg; Wapń: 873.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-08-28		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
kakao bez cukru 250ml (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 100g, bukiet warzyw 150g, Masło 10g(2),	herbata bez cukru 250ml, Grycikowa 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]: 2034.80 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 81.85 g; Węglowodany ogółem: 219.10 g; Witamina B12: 4.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 48.26 g; Błonnik pokarmowy: 19.97 g; Magnez: 378.82 mg; Żelazo: 9.76 mg; Witamina A: 2095.75 mg; Witamina B6: 3.76 mg; Witamina C: 191.51 mg; Witamina E: 5.96 mg; Sód: 802.02 mg; Wapń: 1086.99 mg;

piątek 2026-08-28		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), dżem 25g x 2 szt., szpinak 10g,	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g*, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), schab Grzegorza 50g , rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2507.26 kcal; Białko ogółem: 116.44 g; Tłuszcz: 71.28 g; Węglowodany ogółem: 353.91 g; Witamina B12: 6.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.52 g; suma cukrów prostych: 145.80 g; Błonnik pokarmowy: 18.10 g; Magnez: 300.00 mg; Żelazo: 11.30 mg; Witamina A: 2117.85 mg; Witamina B6: 2.30 mg; Witamina C: 131.46 mg; Witamina E: 8.61 mg; Sód: 1948.27 mg; Wapń: 1108.69 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-29 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) [^] , fileć z kurczaka duszony 100g w sosie curry 100g(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), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2276.64 kcal; Białko ogółem: 113.41 g; Tłuszcz: 63.84 g; Węglowodany ogółem: 310.90 g; Witamina B12: 2.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.18 g; suma cukrów prostych: 81.76 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g; Magnez: 346.44 mg; Żelazo: 11.05 mg; Witamina A: 1248.44 mg; Witamina B6: 3.20 mg; Witamina C: 233.49 mg; Witamina E: 11.90 mg; Sód: 2023.34 mg; Wapń: 846.42 mg;

sobota 2026-08-29 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 [^] ,	krupnik 400ml (1,8,13) [^] , fileć z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(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 owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2219.83 kcal; Białko ogółem: 114.16 g; Tłuszcz: 67.04 g; Węglowodany ogółem: 291.69 g; Witamina B12: 2.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.40 g; suma cukrów prostych: 74.03 g; Błonnik pokarmowy: 16.69 g; Magnez: 296.72 mg; Żelazo: 10.10 mg; Witamina A: 868.80 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 106.92 mg; Witamina E: 9.29 mg; Sód: 2547.11 mg; Wapń: 830.40 mg;

sobota 2026-08-29 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) [^] , fileć z kurczaka duszony 100g w sosie curry 100g(1,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186.04 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 66.45 g; Węglowodany ogółem: 285.66 g; Witamina B12: 2.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.39 g; suma cukrów prostych: 71.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g; Magnez: 380.34 mg; Żelazo: 12.62 mg; Witamina A: 1244.64 mg; Witamina B6: 3.19 mg; Witamina C: 230.49 mg; Witamina E: 12.40 mg; Sód: 1911.74 mg; Wapń: 761.22 mg;

sobota 2026-08-29 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) [^] , fileć z kurczaka duszony 100g w sosie curry 100g(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), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.64 kcal; Białko ogółem: 115.01 g; Tłuszcz: 64.48 g; Węglowodany ogółem: 327.10 g; Witamina B12: 2.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.18 g; suma cukrów prostych: 81.76 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; Magnez: 346.44 mg; Żelazo: 11.05 mg; Witamina A: 1248.44 mg; Witamina B6: 3.20 mg; Witamina C: 233.49 mg; Witamina E: 11.90 mg; Sód: 2023.34 mg; Wapń: 846.42 mg;

sobota 2026-08-29 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 [^] ,	krupnik 400ml (1,8,13) [^] , fileć z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(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 owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2219.83 kcal; Białko ogółem: 114.16 g; Tłuszcz: 67.04 g; Węglowodany ogółem: 291.69 g; Witamina B12: 2.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.40 g; suma cukrów prostych: 74.03 g; Błonnik pokarmowy: 16.69 g; Magnez: 296.72 mg; Żelazo: 10.10 mg; Witamina A: 868.80 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 106.92 mg; Witamina E: 9.29 mg; Sód: 2547.11 mg; Wapń: 830.40 mg;

sobota 2026-08-29 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^,	krupnik 400ml (1,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(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 owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2145.03 kcal; Białko ogółem: 114.09 g; Tłuszcz: 58.79 g; Węglowodany ogółem: 291.62 g; Witamina B12: 2.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.93 g; suma cukrów prostych: 73.97 g; Błonnik pokarmowy: 16.69 g; Magnez: 296.62 mg; Żelazo: 10.09 mg; Witamina A: 787.40 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 106.92 mg; Witamina E: 9.04 mg; Sód: 2546.21 mg; Wapń: 828.80 mg;

sobota 2026-08-29 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 curry 100g(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), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.64 kcal; Białko ogółem: 123.31 g; Tłuszcz: 64.09 g; Węglowodany ogółem: 312.65 g; Witamina B12: 3.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.32 g; suma cukrów prostych: 83.31 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g; Magnez: 350.94 mg; Żelazo: 11.15 mg; Witamina A: 1250.94 mg; Witamina B6: 3.24 mg; Witamina C: 233.49 mg; Witamina E: 11.91 mg; Sód: 2043.84 mg; Wapń: 894.42 mg;

sobota 2026-08-29 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 curry 100g(1,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 100g,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2087.52 kcal; Białko ogółem: 107.35 g; Tłuszcz: 69.56 g; Węglowodany ogółem: 259.75 g; Witamina B12: 2.13 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.87 g; suma cukrów prostych: 65.73 g; Błonnik pokarmowy: 15.86 g; Magnez: 266.94 mg; Żelazo: 9.48 mg; Witamina A: 836.68 mg; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 101.19 mg; Witamina E: 9.87 mg; Sód: 1659.18 mg; Wapń: 670.08 mg;

sobota 2026-08-29 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 curry 100g(1,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186.04 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 66.45 g; Węglowodany ogółem: 285.66 g; Witamina B12: 2.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.39 g; suma cukrów prostych: 71.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g; Magnez: 380.34 mg; Żelazo: 12.62 mg; Witamina A: 1244.64 mg; Witamina B6: 3.19 mg; Witamina C: 230.49 mg; Witamina E: 12.40 mg; Sód: 1911.74 mg; Wapń: 761.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-08-29 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 250g*,	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 2026-08-29 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^,	krupnik 400ml (1,8,13)^, fileć z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80ml(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*, twaróg krajanka 50g(2), pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.83 kcal; Białko ogółem: 128.46 g; Tłuszcz: 76.49 g; Węglowodany ogółem: 294.92 g; Witamina B12: 3.78 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.94 g; suma cukrów prostych: 75.62 g; Błonnik pokarmowy: 16.69 g; Magnez: 310.02 mg; Żelazo: 10.40 mg; Witamina A: 964.10 mg; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 106.92 mg; Witamina E: 9.50 mg; Sód: 2954.01 mg; Wapń: 1032.80 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, 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]: 2285.07 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 81.65 g; Węglowodany ogółem: 283.92 g; Witamina B12: 4.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.28 g; suma cukrów prostych: 71.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Magnez: 386.12 mg; Żelazo: 10.77 mg; Witamina A: 3104.31 mg; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 97.30 mg; Witamina E: 9.62 mg; Sód: 3710.97 mg; Wapń: 1226.77 mg;

niedziela 2026-08-30 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 2026-08-30 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. 153g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (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]: 2049.25 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 227.04 g; Witamina B12: 4.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.27 g; suma cukrów prostych: 56.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; Magnez: 415.47 mg; Żelazo: 14.10 mg; Witamina A: 1737.62 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 172.50 mg; Witamina E: 9.65 mg; Sód: 3668.09 mg; Wapń: 795.85 mg;

niedziela 2026-08-30 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 35g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, 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]: 2335.07 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 83.65 g; Węglowodany ogółem: 288.62 g; Witamina B12: 4.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.47 g; suma cukrów prostych: 75.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Magnez: 396.12 mg; Żelazo: 10.87 mg; Witamina A: 3120.31 mg; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 97.30 mg; Witamina E: 9.65 mg; Sód: 3748.97 mg; Wapń: 1329.77 mg;

niedziela 2026-08-30 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 2026-08-30		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 2026-08-30		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 35g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, 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]: 2379.87 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 84.17 g; Węglowodany ogółem: 291.90 g; Witamina B12: 4.41 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.79 g; suma cukrów prostych: 78.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Magnez: 390.92 mg; Żelazo: 10.89 mg; Witamina A: 3125.31 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 97.30 mg; Witamina E: 9.66 mg; Sód: 3734.97 mg; Wapń: 1277.77 mg;

niedziela 2026-08-30		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
Kefir 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, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2203.17 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 77.87 g; Węglowodany ogółem: 269.98 g; Witamina B12: 3.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.54 g; suma cukrów prostych: 87.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g; Magnez: 275.54 mg; Żelazo: 9.39 mg; Witamina A: 3231.91 mg; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 127.54 mg; Witamina E: 10.74 mg; Sód: 2614.74 mg; Wapń: 713.00 mg;

niedziela 2026-08-30		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1szt. 153g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (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]: 2039.25 kcal; Białko ogółem: 104.10 g; Tłuszcz: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 225.54 g; Witamina B12: 4.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.27 g; suma cukrów prostych: 56.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; Magnez: 408.47 mg; Żelazo: 14.10 mg; Witamina A: 1737.62 mg; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 171.50 mg; Witamina E: 9.65 mg; Sód: 3643.09 mg; Wapń: 728.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-08-30		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 250g*, 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]: 2242.50 kcal; Białko ogółem: 132.69 g; Tłuszcz: 114.84 g; Węglowodany ogółem: 169.69 g; Witamina B12: 6.03 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.58 g; suma cukrów prostych: 48.25 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: 7.81 mg; Sód: 1086.19 mg; Wapń: 977.31 mg;

niedziela 2026-08-30		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 2026-08-31 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. 48g (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)^, Papryka faszerowana mięsem z warzywami 200g, ryż brązowy gotowany 200g, salata zielona z jogurtem 100g (2), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2754.27 kcal; Białko ogółem: 109.85 g; Tłuszcz: 87.61 g; Węglowodany ogółem: 380.29 g; Witamina B12: 4.84 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.74 g; suma cukrów prostych: 81.72 g; Błonnik pokarmowy: 39.95 g; Magnez: 465.62 mg; Żelazo: 17.80 mg; Witamina A: 3064.44 mg; Witamina B6: 4.27 mg; Witamina C: 550.26 mg; Witamina E: 17.76 mg; Sód: 2676.96 mg; Wapń: 960.41 mg;

poniedziałek 2026-08-31 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)^, bitka schabowa duszona 100g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ryż gotowany 200g, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.53 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 89.23 g; Węglowodany ogółem: 312.27 g; Witamina B12: 4.19 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.69 g; suma cukrów prostych: 70.50 g; Błonnik pokarmowy: 13.58 g; Magnez: 284.30 mg; Żelazo: 10.25 mg; Witamina A: 1577.73 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 118.29 mg; Witamina E: 12.27 mg; Sód: 4856.57 mg; Wapń: 944.66 mg;

poniedziałek 2026-08-31 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)^, bitka schabowa duszona 100g, ryż brązowy gotowany 200g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidorki koktajlowe 90g, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2404.63 kcal; Białko ogółem: 111.66 g; Tłuszcz: 92.91 g; Węglowodany ogółem: 279.21 g; Witamina B12: 4.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.24 g; suma cukrów prostych: 63.80 g; Błonnik pokarmowy: 27.29 g; Magnez: 444.95 mg; Żelazo: 14.43 mg; Witamina A: 1963.93 mg; Witamina B6: 3.42 mg; Witamina C: 225.19 mg; Witamina E: 14.33 mg; Sód: 5694.12 mg; Wapń: 1006.21 mg;

poniedziałek 2026-08-31 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. 48g (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)^, Papryka faszerowana mięsem z warzywami 200g, ryż brązowy gotowany 200g, salata zielona z jogurtem 100g (2), Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski 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 owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2814.27 kcal; Białko ogółem: 114.15 g; Tłuszcz: 89.61 g; Węglowodany ogółem: 386.49 g; Witamina B12: 5.34 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.93 g; suma cukrów prostych: 85.92 g; Błonnik pokarmowy: 39.95 g; Magnez: 482.62 mg; Żelazo: 17.90 mg; Witamina A: 3080.44 mg; Witamina B6: 4.33 mg; Witamina C: 551.26 mg; Witamina E: 17.79 mg; Sód: 2739.96 mg; Wapń: 1130.41 mg;

poniedziałek 2026-08-31 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)^, bitka schabowa duszona 100g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Ryż gotowany 200g, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.53 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 89.23 g; Węglowodany ogółem: 312.27 g; Witamina B12: 4.19 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.69 g; suma cukrów prostych: 70.50 g; Błonnik pokarmowy: 13.58 g; Magnez: 284.30 mg; Żelazo: 10.25 mg; Witamina A: 1577.73 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 118.29 mg; Witamina E: 12.27 mg; Sód: 4856.57 mg; Wapń: 944.66 mg;

poniedziałek 2026-08-31 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 kurczaka gotowany 100g m, Sos pomidorowy 100ml (1,2), 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 салат 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2193.93 kcal; Białko ogółem: 117.89 g; Tłuszcz: 56.53 g; Węglowodany ogółem: 302.93 g; Witamina B12: 3.47 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.86 g; suma cukrów prostych: 70.19 g; Błonnik pokarmowy: 12.90 g; Magnez: 267.90 mg; Żelazo: 8.39 mg; Witamina A: 1488.43 mg; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 118.15 mg; Witamina E: 9.09 mg; Sód: 2025.27 mg; Wapń: 911.47 mg;

poniedziałek 2026-08-31 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. 48g (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)^, Papryka faszerowana mięsem z warzywami 200g , ryż brązowy gotowany 200g, salata zielona z jogurtem 100g (2), Sos pomidorowy 100ml (1,2), 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 салат 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2803.27 kcal; Białko ogółem: 119.75 g; Tłuszcz: 87.86 g; Węglowodany ogółem: 382.04 g; Witamina B12: 5.29 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.88 g; suma cukrów prostych: 83.27 g; Błonnik pokarmowy: 39.95 g; Magnez: 470.12 mg; Żelazo: 17.90 mg; Witamina A: 3066.94 mg; Witamina B6: 4.31 mg; Witamina C: 550.26 mg; Witamina E: 17.77 mg; Sód: 2697.46 mg; Wapń: 1008.41 mg;

poniedziałek 2026-08-31 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, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Papryka faszerowana mięsem z warzywami 200g , ryż brązowy gotowany 200g, salata zielona z jogurtem 100g (2), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix салат 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.80 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 101.67 g; Węglowodany ogółem: 304.61 g; Witamina B12: 4.59 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.33 g; suma cukrów prostych: 69.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.82 g; Magnez: 357.03 mg; Żelazo: 15.29 mg; Witamina A: 3175.99 mg; Witamina B6: 3.93 mg; Witamina C: 552.04 mg; Witamina E: 18.96 mg; Sód: 2318.00 mg; Wapń: 837.48 mg;

poniedziałek 2026-08-31 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)^, bitka schabowa duszona 100g , ryż brązowy gotowany 200g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), salata zielona z jogurtem 100g (2), 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 owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.93 kcal; Białko ogółem: 109.83 g; Tłuszcz: 92.38 g; Węglowodany ogółem: 271.23 g; Witamina B12: 4.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.13 g; suma cukrów prostych: 58.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.81 g; Magnez: 431.85 mg; Żelazo: 13.69 mg; Witamina A: 1445.93 mg; Witamina B6: 2.96 mg; Witamina C: 86.39 mg; Witamina E: 11.23 mg; Sód: 5688.22 mg; Wapń: 990.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-08-31		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 250g*, 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 2026-08-31		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)^, bitka schabowa duszona 100g , Ryż gotowany 200g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), 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 owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2724.33 kcal; Białko ogółem: 130.01 g; Tłuszcz: 103.34 g; Węglowodany ogółem: 313.01 g; Witamina B12: 4.72 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.09 g; suma cukrów prostych: 70.50 g; Błonnik pokarmowy: 13.64 g; Magnez: 299.10 mg; Żelazo: 11.48 mg; Witamina A: 1578.93 mg; Witamina B6: 2.88 mg; Witamina C: 118.29 mg; Witamina E: 12.64 mg; Sód: 5600.77 mg; Wapń: 956.16 mg;

Dietetyk

.....