

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), kurczak gotowany premium 50g, jabłko deserowe 1szt. 153g, ogórek świeży 90g, szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.32 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 82.89 g; Węglowodany ogółem: 302.27 g; Witamina B12: 4.49 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.32 g; suma cukrów prostych: 70.06 g; Błonnik pokarmowy: 27.51 g; Magnez: 399.90 mg; Żelazo: 12.70 mg; Witamina A: 1071.71 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 119.25 mg; Witamina E: 9.79 mg; Sód: 3112.62 mg; Wapń: 1344.49 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300ml*, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.51 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 72.35 g; Węglowodany ogółem: 320.47 g; Witamina B12: 3.80 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 113.52 g; Błonnik pokarmowy: 20.13 g; Magnez: 366.49 mg; Żelazo: 13.04 mg; Witamina A: 1301.79 mg; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 116.34 mg; Witamina E: 7.84 mg; Sód: 3101.46 mg; Wapń: 1144.20 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), jabłko deserowe 1szt. 153g, kurczak gotowany premium 30g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ogórek świeży 90g, szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13), ziemniaki gotowane 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g, Ser żółty 40g (2), herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2052.41 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 59.90 g; Węglowodany ogółem: 270.34 g; Witamina B12: 3.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.29 g; suma cukrów prostych: 58.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g; Magnez: 395.78 mg; Żelazo: 13.56 mg; Witamina A: 1115.21 mg; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 121.56 mg; Witamina E: 5.70 mg; Sód: 2871.32 mg; Wapń: 1165.02 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), kurczak gotowany premium 50g, jabłko deserowe 1szt. 153g, ogórek świeży 90g, szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2444.32 kcal; Białko ogółem: 110.53 g; Tłuszcz: 83.53 g; Węglowodany ogółem: 318.47 g; Witamina B12: 4.49 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.32 g; suma cukrów prostych: 70.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; Magnez: 399.90 mg; Żelazo: 12.70 mg; Witamina A: 1071.71 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 119.25 mg; Witamina E: 9.79 mg; Sód: 3112.62 mg; Wapń: 1344.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300ml*, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.51 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 72.35 g; Węglowodany ogółem: 320.47 g; Witamina B12: 3.80 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 113.52 g; Błonnik pokarmowy: 20.13 g; Magnez: 366.49 mg; Żelazo: 13.04 mg; Witamina A: 1301.79 mg; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 116.34 mg; Witamina E: 7.84 mg; Sód: 3101.46 mg; Wapń: 1144.20 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 110g w sosie wł 80ml (1,13)^, ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300ml*, buraczki gotowane 150g(1,2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg 50g(2)^, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2184.41 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 53.33 g; Węglowodany ogółem: 322.87 g; Witamina B12: 3.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.85 g; suma cukrów prostych: 114.43 g; Błonnik pokarmowy: 19.51 g; Magnez: 351.31 mg; Żelazo: 12.08 mg; Witamina A: 880.93 mg; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 106.77 mg; Witamina E: 6.89 mg; Sód: 2314.30 mg; Wapń: 1009.80 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), kurczak gotowany premium 50g , ser capresi 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, ogórek świeży 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2476.32 kcal; Białko ogółem: 113.33 g; Tłuszcz: 92.09 g; Węglowodany ogółem: 303.75 g; Witamina B12: 4.93 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.72 g; suma cukrów prostych: 70.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.51 g; Magnez: 408.70 mg; Żelazo: 12.90 mg; Witamina A: 1164.51 mg; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 119.25 mg; Witamina E: 9.99 mg; Sód: 3499.02 mg; Wapń: 1498.89 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), serek homogenizowany waniliowy 150g (1), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, Mizeria z jogurtem 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

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

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), jabłko deserowe 1szt. 153g, kurczak gotowany premium 30g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki gotowane 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Rzodkiewka 90g , Ser żółty 40g (2), herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2052.41 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 59.90 g; Węglowodany ogółem: 270.34 g; Witamina B12: 3.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.29 g; suma cukrów prostych: 58.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g; Magnez: 395.78 mg; Żelazo: 13.56 mg; Witamina A: 1115.21 mg; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 121.56 mg; Witamina E: 5.70 mg; Sód: 2871.32 mg; Wapń: 1165.02 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 100g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	Grycikowa 200ml*(1,8,13), jarzynka gotowana 100g(13), Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.98 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 109.18 g; Węglowodany ogółem: 170.99 g; Witamina B12: 5.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.62 g; suma cukrów prostych: 55.40 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; Magnez: 377.30 mg; Żelazo: 12.23 mg; Witamina A: 2346.64 mg; Witamina B6: 3.39 mg; Witamina C: 150.24 mg; Witamina E: 9.56 mg; Sód: 1389.82 mg; Wapń: 958.39 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., szpinak 10g, serek homo waniliowy 150g (1), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300ml*, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka piastowska 50g(8), roszonek 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g, serek tartare 2 szt. (40g),
		Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2246.31 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 72.80 g; Węglowodany ogółem: 297.55 g; Witamina B12: 4.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.42 g; suma cukrów prostych: 94.99 g; Błonnik pokarmowy: 20.23 g; Magnez: 371.19 mg; Żelazo: 12.79 mg; Witamina A: 1602.99 mg; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 116.34 mg; Witamina E: 8.85 mg; Sód: 2782.56 mg; Wapń: 1121.30 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), schab na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Naleśniki z serem 2 szt. 250g (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2652.41 kcal; Białko ogółem: 109.23 g; Tłuszcz: 82.55 g; Węglowodany ogółem: 363.94 g; Witamina B12: 5.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.27 g; suma cukrów prostych: 90.08 g; Błonnik pokarmowy: 33.46 g; Magnez: 375.14 mg; Żelazo: 15.34 mg; Witamina A: 3354.84 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 184.17 mg; Witamina E: 13.48 mg; Sód: 2017.20 mg; Wapń: 1079.74 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, makaron z serem 350g* (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2441.57 kcal; Białko ogółem: 109.14 g; Tłuszcz: 74.87 g; Węglowodany ogółem: 332.29 g; Witamina B12: 5.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; suma cukrów prostych: 87.90 g; Błonnik pokarmowy: 20.49 g; Magnez: 266.00 mg; Żelazo: 11.35 mg; Witamina A: 3407.68 mg; Witamina B6: 1.85 mg; Witamina C: 95.50 mg; Witamina E: 11.06 mg; Sód: 1436.53 mg; Wapń: 1000.28 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), brzoskwinia 1szt, schab na kartki 40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2531.01 kcal; Białko ogółem: 125.07 g; Tłuszcz: 81.14 g; Węglowodany ogółem: 315.80 g; Witamina B12: 5.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.53 g; suma cukrów prostych: 64.09 g; Błonnik pokarmowy: 31.42 g; Magnez: 384.62 mg; Żelazo: 14.82 mg; Witamina A: 3359.74 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 181.17 mg; Witamina E: 12.38 mg; Sód: 2160.58 mg; Wapń: 1086.17 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), schab na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Naleśniki z serem 2 szt. 250g (1,2,3), Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2712.41 kcal; Białko ogółem: 113.53 g; Tłuszcz: 84.55 g; Węglowodany ogółem: 370.14 g; Witamina B12: 5.70 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.46 g; suma cukrów prostych: 94.28 g; Błonnik pokarmowy: 33.46 g; Magnez: 392.14 mg; Żelazo: 15.44 mg; Witamina A: 3370.84 mg; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 185.17 mg; Witamina E: 13.51 mg; Sód: 2080.20 mg; Wapń: 1249.74 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2441.57 kcal; Białko ogółem: 109.14 g; Tłuszcz: 74.87 g; Węglowodany ogółem: 332.29 g; Witamina B12: 5.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; suma cukrów prostych: 87.90 g; Błonnik pokarmowy: 20.49 g; Magnez: 266.00 mg; Żelazo: 11.35 mg; Witamina A: 3407.68 mg; Witamina B6: 1.85 mg; Witamina C: 95.50 mg; Witamina E: 11.06 mg; Sód: 1436.53 mg; Wapń: 1000.28 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, makaron z serem 350g* (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.77 kcal; Białko ogółem: 111.97 g; Tłuszcz: 57.17 g; Węglowodany ogółem: 333.37 g; Witamina B12: 4.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.98 g; suma cukrów prostych: 89.39 g; Błonnik pokarmowy: 20.49 g; Magnez: 258.40 mg; Żelazo: 9.24 mg; Witamina A: 3056.78 mg; Witamina B6: 1.79 mg; Witamina C: 95.50 mg; Witamina E: 10.09 mg; Sód: 1315.13 mg; Wapń: 999.68 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), schab na kartki 50g*, ser capresi 40g (2), brzoskwinia 1szt, papryka świeża 90g , roszponka 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Naleśniki z serem 2 szt. 250g (1,2,3), Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2762.41 kcal; Białko ogółem: 113.63 g; Tłuszcz: 91.75 g; Węglowodany ogółem: 365.42 g; Witamina B12: 5.64 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.67 g; suma cukrów prostych: 90.12 g; Błonnik pokarmowy: 33.46 g; Magnez: 383.94 mg; Żelazo: 15.54 mg; Witamina A: 3447.64 mg; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 184.17 mg; Witamina E: 13.68 mg; Sód: 2403.60 mg; Wapń: 1234.14 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 40g, brzoskwinia 1szt, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , roszponka 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, Naleśniki z serem 2 szt. 250g (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Ser żółty 50g(2), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583.16 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 96.77 g; Węglowodany ogółem: 324.30 g; Witamina B12: 4.19 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.56 g; suma cukrów prostych: 79.81 g; Błonnik pokarmowy: 25.69 g; Magnez: 309.64 mg; Żelazo: 11.98 mg; Witamina A: 2915.74 mg; Witamina B6: 1.82 mg; Witamina C: 73.27 mg; Witamina E: 12.02 mg; Sód: 2087.20 mg; Wapń: 1380.44 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), brzoskwinia 1szt, schab na kartki 40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2558.01 kcal; Białko ogółem: 130.57 g; Tłuszcz: 84.44 g; Węglowodany ogółem: 315.25 g; Witamina B12: 4.78 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.53 g; suma cukrów prostych: 64.14 g; Błonnik pokarmowy: 31.42 g; Magnez: 388.12 mg; Żelazo: 12.97 mg; Witamina A: 3225.74 mg; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 181.17 mg; Witamina E: 11.84 mg; Sód: 2304.58 mg; Wapń: 1442.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Buraczki gotowane 100g^, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 100g, ziemniaki 100g,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.63 kcal; Białko ogółem: 114.11 g; Tłuszcz: 91.68 g; Węglowodany ogółem: 225.86 g; Witamina B12: 6.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.98 g; suma cukrów prostych: 69.35 g; Błonnik pokarmowy: 16.20 g; Magnez: 352.35 mg; Żelazo: 11.62 mg; Witamina A: 1628.74 mg; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 143.89 mg; Witamina E: 7.82 mg; Sód: 1923.02 mg; Wapń: 1210.63 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	szpinakowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot b/c 300ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2603.07 kcal; Białko ogółem: 120.04 g; Tłuszcz: 86.02 g; Węglowodany ogółem: 335.42 g; Witamina B12: 5.69 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.71 g; suma cukrów prostych: 87.94 g; Błonnik pokarmowy: 20.49 g; Magnez: 274.80 mg; Żelazo: 11.55 mg; Witamina A: 3500.48 mg; Witamina B6: 1.91 mg; Witamina C: 95.50 mg; Witamina E: 11.26 mg; Sód: 1822.93 mg; Wapń: 1154.68 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), kasza pęczak 200g.(1), kapusta biała zasmażana 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2837.69 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 102.15 g; Węglowodany ogółem: 350.46 g; Witamina B12: 3.92 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.00 g; suma cukrów prostych: 85.80 g; Błonnik pokarmowy: 33.21 g; Magnez: 428.45 mg; Żelazo: 13.52 mg; Witamina A: 947.73 mg; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 144.41 mg; Witamina E: 13.43 mg; Sód: 7248.01 mg; Wapń: 1086.63 mg;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13), rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), bukiet warzyw królewski 150g, Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2646.85 kcal; Białko ogółem: 102.71 g; Tłuszcz: 110.97 g; Węglowodany ogółem: 283.74 g; Witamina B12: 4.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.48 g; suma cukrów prostych: 77.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.01 g; Magnez: 276.93 mg; Żelazo: 10.87 mg; Witamina A: 2277.88 mg; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 110.62 mg; Witamina E: 11.17 mg; Sód: 4997.35 mg; Wapń: 1014.83 mg;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt.150g, kielbasa szynkowa dębowa 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), kasza pęczak 200g.(1), bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2385.19 kcal; Białko ogółem: 109.14 g; Tłuszcz: 95.06 g; Węglowodany ogółem: 276.45 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.12 g; suma cukrów prostych: 70.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; Magnez: 430.00 mg; Żelazo: 14.01 mg; Witamina A: 1555.78 mg; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 93.69 mg; Witamina E: 11.21 mg; Sód: 6173.96 mg; Wapń: 942.70 mg;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Sos myśliwski 100g (1), bitka schabowa duszona 100g , kasza pęczak 200g.(1), kapusta biała zasmażana 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszonek 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: mini pączek 2szt. (1,2,3),		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3252.69 kcal; Białko ogółem: 115.97 g; Tłuszcz: 117.65 g; Węglowodany ogółem: 412.56 g; Witamina B12: 4.46 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.57 g; suma cukrów prostych: 110.10 g; Błonnik pokarmowy: 34.71 g; Magnez: 442.45 mg; Żelazo: 15.42 mg; Witamina A: 1111.73 mg; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 144.71 mg; Witamina E: 14.13 mg; Sód: 7385.01 mg; Wapń: 1134.63 mg;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13), rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), bukiet warzyw królewski 150g, kasza pęczak 200g.(1), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszonek 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2662.95 kcal; Białko ogółem: 103.47 g; Tłuszcz: 111.04 g; Węglowodany ogółem: 286.77 g; Witamina B12: 4.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.48 g; suma cukrów prostych: 77.25 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g; Magnez: 280.68 mg; Żelazo: 11.01 mg; Witamina A: 2277.88 mg; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 110.62 mg; Witamina E: 11.24 mg; Sód: 5192.60 mg; Wapń: 1016.48 mg;

czwartek 2026-09-03		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13), rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, bukiet warzyw królewski 150g, Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2214.95 kcal; Białko ogółem: 115.54 g; Tłuszcz: 61.64 g; Węglowodany ogółem: 274.43 g; Witamina B12: 4.09 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.87 g; suma cukrów prostych: 78.18 g; Błonnik pokarmowy: 22.33 g; Magnez: 259.23 mg; Żelazo: 9.04 mg; Witamina A: 2098.28 mg; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 110.48 mg; Witamina E: 7.84 mg; Sód: 1415.15 mg; Wapń: 878.84 mg;

czwartek 2026-09-03		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt. 150g, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, Ser żółty 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), kasza pęczak 200g.(1), kapusta biała zasmażana 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , roszponka 10g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2971.29 kcal; Białko ogółem: 118.37 g; Tłuszcz: 112.55 g; Węglowodany ogółem: 350.50 g; Witamina B12: 4.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.20 g; suma cukrów prostych: 85.84 g; Błonnik pokarmowy: 33.21 g; Magnez: 440.85 mg; Żelazo: 13.80 mg; Witamina A: 1058.13 mg; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 144.41 mg; Witamina E: 13.58 mg; Sód: 7476.01 mg; Wapń: 1409.43 mg;

czwartek 2026-09-03		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), ser żółty 20g. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), kasza pęczak 200g.(1), kapusta biała zasmażana 150g(1,2), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2514.99 kcal; Białko ogółem: 99.16 g; Tłuszcz: 108.02 g; Węglowodany ogółem: 264.36 g; Witamina B12: 3.56 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.45 g; suma cukrów prostych: 68.80 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g; Magnez: 274.15 mg; Żelazo: 10.27 mg; Witamina A: 1060.93 mg; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 167.91 mg; Witamina E: 13.66 mg; Sód: 5991.51 mg; Wapń: 998.13 mg;

czwartek 2026-09-03		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., bułka grahamka 50g(1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser żółty 20g. (2), gruszka 1 szt. 150g, kielbasa szynkowa dębowa 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), kasza pęczak 200g.(1), bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2385.19 kcal; Białko ogółem: 109.14 g; Tłuszcz: 95.06 g; Węglowodany ogółem: 276.45 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.12 g; suma cukrów prostych: 70.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; Magnez: 430.00 mg; Żelazo: 14.01 mg; Witamina A: 1555.78 mg; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 93.69 mg; Witamina E: 11.21 mg; Sód: 6173.96 mg; Wapń: 942.70 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-09-03		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO
herbata bez cukru 250ml, kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Pomidorowa z ryżem 200ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100 g, Masło 15g*(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	herbata bez cukru 250ml, Ryżowa 350ml(8,13), brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: ryżowa 400ml (13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2212.61 kcal; Białko ogółem: 121.74 g; Tłuszcz: 104.90 g; Węglowodany ogółem: 167.18 g; Witamina B12: 5.06 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.23 g; suma cukrów prostych: 62.78 g; Błonnik pokarmowy: 12.14 g; Magnez: 247.07 mg; Żelazo: 7.70 mg; Witamina A: 3504.00 mg; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 71.36 mg; Witamina E: 7.85 mg; Sód: 1632.58 mg; Wapń: 740.50 mg;

czwartek 2026-09-03		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), serek tartare 2 szt. (40g), szynkowa dębowa 50g ^, sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13), rukola 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), bitka schabowa 100g w sosie wł. 100ml (1,13), bukiet warzyw królewski 150g, Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówki z fileta indyka 2szt. , roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2868.25 kcal; Białko ogółem: 116.27 g; Tłuszcz: 129.86 g; Węglowodany ogółem: 283.90 g; Witamina B12: 5.21 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.39 g; suma cukrów prostych: 80.25 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g; Magnez: 287.93 mg; Żelazo: 11.98 mg; Witamina A: 2548.28 mg; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 110.62 mg; Witamina E: 12.42 mg; Sód: 5775.15 mg; Wapń: 923.33 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, ogórek świeży 90g, dżem 25g - 1 szt., kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), 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, rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2722.66 kcal; Białko ogółem: 119.04 g; Tłuszcz: 90.31 g; Węglowodany ogółem: 357.64 g; Witamina B12: 6.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.14 g; suma cukrów prostych: 132.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; Magnez: 391.50 mg; Żelazo: 14.58 mg; Witamina A: 1255.77 mg; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 176.19 mg; Witamina E: 15.66 mg; Sód: 2448.60 mg; Wapń: 1008.73 mg;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g), bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.49 kcal; Białko ogółem: 113.10 g; Tłuszcz: 76.70 g; Węglowodany ogółem: 333.75 g; Witamina B12: 6.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.30 g; suma cukrów prostych: 124.79 g; Błonnik pokarmowy: 19.69 g; Magnez: 327.97 mg; Żelazo: 12.15 mg; Witamina A: 3675.31 mg; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 80.83 mg; Witamina E: 11.11 mg; Sód: 1987.89 mg; Wapń: 1036.92 mg;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g, szpinak 10g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	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: serek homogenizowany naturalny 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2038.67 kcal; Białko ogółem: 112.71 g; Tłuszcz: 59.73 g; Węglowodany ogółem: 249.80 g; Witamina B12: 5.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.51 g; suma cukrów prostych: 69.24 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Magnez: 361.73 mg; Żelazo: 12.90 mg; Witamina A: 2098.35 mg; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 113.03 mg; Witamina E: 7.31 mg; Sód: 2319.94 mg; Wapń: 882.29 mg;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, ogórek świeży 90g, dżem 25g - 1 szt., kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), 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, rukola 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2798.11 kcal; Białko ogółem: 121.77 g; Tłuszcz: 91.67 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; Witamina B12: 6.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.41 g; suma cukrów prostych: 141.04 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g; Magnez: 402.41 mg; Żelazo: 15.04 mg; Witamina A: 1407.58 mg; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 187.10 mg; Witamina E: 16.10 mg; Sód: 2732.24 mg; Wapń: 1023.27 mg;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, miód 2szt. (50g), bułka wrocławska 50g (1),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2283.49 kcal; Białko ogółem: 109.30 g; Tłuszcz: 76.50 g; Węglowodany ogółem: 292.75 g; Witamina B12: 6.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.28 g; suma cukrów prostych: 124.19 g; Błonnik pokarmowy: 16.49 g; Magnez: 281.97 mg; Żelazo: 10.95 mg; Witamina A: 3673.31 mg; Witamina B6: 1.68 mg; Witamina C: 58.83 mg; Witamina E: 11.01 mg; Sód: 1973.89 mg; Wapń: 1028.92 mg;

piątek 2026-09-04		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, szpinak 10g, miód 2szt. (50g), bułka wrocławska 50g (1), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, rukola 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.19 kcal; Białko ogółem: 116.03 g; Tłuszcz: 59.30 g; Węglowodany ogółem: 333.38 g; Witamina B12: 4.71 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.83 g; suma cukrów prostych: 124.73 g; Błonnik pokarmowy: 19.69 g; Magnez: 315.87 mg; Żelazo: 9.94 mg; Witamina A: 3321.91 mg; Witamina B6: 2.24 mg; Witamina C: 80.83 mg; Witamina E: 10.12 mg; Sód: 1845.99 mg; Wapń: 988.32 mg;

piątek 2026-09-04		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Serek fromage 80g (2), arbuz 150g*, ogórek świeży 90g , dżem 25g - 1 szt., kakao b/cukru 300ml (1,2),	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), 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 , rukola 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3045.66 kcal; Białko ogółem: 119.14 g; Tłuszcz: 125.26 g; Węglowodany ogółem: 359.89 g; Witamina B12: 6.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.76 g; suma cukrów prostych: 133.31 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; Magnez: 396.00 mg; Żelazo: 14.68 mg; Witamina A: 1597.27 mg; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 176.99 mg; Witamina E: 16.74 mg; Sód: 2807.10 mg; Wapń: 1014.73 mg;

piątek 2026-09-04		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 100g (2) 1szt., masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), kakao b/cukru 300ml (1,2), arbuz 150g*, dżem 25g - 1 szt., szpinak 10g, pomidor malinowy 90g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza panierowany smażony 130g (1,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2580.64 kcal; Białko ogółem: 115.44 g; Tłuszcz: 96.15 g; Węglowodany ogółem: 315.54 g; Witamina B12: 5.97 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.07 g; suma cukrów prostych: 118.95 g; Błonnik pokarmowy: 18.60 g; Magnez: 282.08 mg; Żelazo: 11.88 mg; Witamina A: 2204.11 mg; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 140.99 mg; Witamina E: 17.11 mg; Sód: 1915.53 mg; Wapń: 757.29 mg;

piątek 2026-09-04		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ogórek świeży 90g , szpinak 10g,	Pomidorowa z makaronem razowym 400ml (1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, bukiet warzyw 150g, Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	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: serek homogenizowany naturalny 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2038.67 kcal; Białko ogółem: 112.71 g; Tłuszcz: 59.73 g; Węglowodany ogółem: 249.80 g; Witamina B12: 5.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.51 g; suma cukrów prostych: 69.24 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Magnez: 361.73 mg; Żelazo: 12.90 mg; Witamina A: 2098.35 mg; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 113.03 mg; Witamina E: 7.31 mg; Sód: 2319.94 mg; Wapń: 882.29 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
kakao bez cukru 250ml (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 100g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	herbata bez cukru 250ml, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki 100g, Masło 10g(2),
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2204.65 kcal; Białko ogółem: 125.62 g; Tłuszcz: 88.45 g; Węglowodany ogółem: 235.58 g; Witamina B12: 4.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.39 g; suma cukrów prostych: 63.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.30 g; Magnez: 414.57 mg; Żelazo: 10.88 mg; Witamina A: 3628.75 mg; Witamina B6: 3.87 mg; Witamina C: 162.66 mg; Witamina E: 8.00 mg; Sód: 850.22 mg; Wapń: 1067.54 mg;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślane 1 szt.(1,2,3), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), miód 2szt. (50g), szpinak 10g,	Pomidorowa z makaronem 400ml(1,2,3,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	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, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 150g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.39 kcal; Białko ogółem: 129.04 g; Tłuszcz: 77.40 g; Węglowodany ogółem: 335.10 g; Witamina B12: 6.58 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.38 g; suma cukrów prostych: 125.72 g; Błonnik pokarmowy: 19.69 g; Magnez: 330.67 mg; Żelazo: 12.21 mg; Witamina A: 3676.81 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 80.83 mg; Witamina E: 11.11 mg; Sód: 2000.19 mg; Wapń: 1065.72 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), kasza gryczana 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2525.79 kcal; Białko ogółem: 125.89 g; Tłuszcz: 67.20 g; Węglowodany ogółem: 310.84 g; Witamina B12: 3.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.68 g; suma cukrów prostych: 86.18 g; Błonnik pokarmowy: 32.87 g; Magnez: 406.81 mg; Żelazo: 12.08 mg; Witamina A: 1412.34 mg; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 272.27 mg; Witamina E: 12.85 mg; Sód: 2547.82 mg; Wapń: 933.34 mg;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidorki koktajlowe 100g^,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Sos koperkowy 100g (1), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, 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]: 2174.55 kcal; Białko ogółem: 114.70 g; Tłuszcz: 68.17 g; Węglowodany ogółem: 280.30 g; Witamina B12: 3.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.42 g; suma cukrów prostych: 74.28 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g; Magnez: 285.42 mg; Żelazo: 8.41 mg; Witamina A: 1034.80 mg; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 146.39 mg; Witamina E: 10.92 mg; Sód: 2254.18 mg; Wapń: 905.87 mg;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), pomidor malinowy 100g,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), kasza gryczana 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1),	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.19 kcal; Białko ogółem: 124.06 g; Tłuszcz: 69.81 g; Węglowodany ogółem: 285.60 g; Witamina B12: 3.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.90 g; suma cukrów prostych: 75.63 g; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; Magnez: 440.71 mg; Żelazo: 13.65 mg; Witamina A: 1408.54 mg; Witamina B6: 3.07 mg; Witamina C: 269.27 mg; Witamina E: 13.34 mg; Sód: 2436.22 mg; Wapń: 848.14 mg;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), kasza gryczana 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), 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]: 2571.14 kcal; Białko ogółem: 126.68 g; Tłuszcz: 66.37 g; Węglowodany ogółem: 322.78 g; Witamina B12: 3.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.28 g; suma cukrów prostych: 86.09 g; Błonnik pokarmowy: 33.03 g; Magnez: 404.46 mg; Żelazo: 11.75 mg; Witamina A: 1359.34 mg; Witamina B6: 3.07 mg; Witamina C: 269.17 mg; Witamina E: 12.14 mg; Sód: 2545.22 mg; Wapń: 925.99 mg;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidorki koktajlowe 100g^,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), 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]: 2174.55 kcal; Białko ogółem: 114.70 g; Tłuszcz: 68.17 g; Węglowodany ogółem: 280.30 g; Witamina B12: 3.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.42 g; suma cukrów prostych: 74.28 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g; Magnez: 285.42 mg; Żelazo: 8.41 mg; Witamina A: 1034.80 mg; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 146.39 mg; Witamina E: 10.92 mg; Sód: 2254.18 mg; Wapń: 905.87 mg;

sobota 2026-09-05		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidorki koktajlowe 100g^,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, 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]: 2099.75 kcal; Białko ogółem: 114.63 g; Tłuszcz: 59.92 g; Węglowodany ogółem: 280.23 g; Witamina B12: 3.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.95 g; suma cukrów prostych: 74.22 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g; Magnez: 285.32 mg; Żelazo: 8.40 mg; Witamina A: 953.40 mg; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 146.39 mg; Witamina E: 10.67 mg; Sód: 2253.28 mg; Wapń: 904.27 mg;

sobota 2026-09-05		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), kasza gryczana 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos koperkowy 100g (1),	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2574.79 kcal; Białko ogółem: 135.79 g; Tłuszcz: 67.45 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; Witamina B12: 3.83 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.82 g; suma cukrów prostych: 87.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.87 g; Magnez: 411.31 mg; Żelazo: 12.18 mg; Witamina A: 1414.84 mg; Witamina B6: 3.13 mg; Witamina C: 272.27 mg; Witamina E: 12.85 mg; Sód: 2568.32 mg; Wapń: 981.34 mg;

sobota 2026-09-05		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., ser żółty 20g. (2), pomidorki koktajlowe 100g^, kakao b/cukru 300ml (1,2),	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), kasza gryczana 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Sos koperkowy 100g (1), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), herbata 1 torebka, pomidor malinowy 100g,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.67 kcal; Białko ogółem: 119.82 g; Tłuszcz: 72.93 g; Węglowodany ogółem: 259.69 g; Witamina B12: 2.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.37 g; suma cukrów prostych: 70.15 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g; Magnez: 327.31 mg; Żelazo: 10.51 mg; Witamina A: 1000.58 mg; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 139.97 mg; Witamina E: 10.82 mg; Sód: 2183.66 mg; Wapń: 757.00 mg;

sobota 2026-09-05		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), pomidor malinowy 100g,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), kasza gryczana 200g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Sos koperkowy 100g (1), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), twaróg krajanka 50g(2), papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.19 kcal; Białko ogółem: 124.06 g; Tłuszcz: 69.81 g; Węglowodany ogółem: 285.60 g; Witamina B12: 3.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.90 g; suma cukrów prostych: 75.63 g; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; Magnez: 440.71 mg; Żelazo: 13.65 mg; Witamina A: 1408.54 mg; Witamina B6: 3.07 mg; Witamina C: 269.27 mg; Witamina E: 13.34 mg; Sód: 2436.22 mg; Wapń: 848.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO		
herbata bez cukru 250ml, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 100g, Szpinak gotowany z olejem 120g^, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 100 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2197.71 kcal; Białko ogółem: 121.60 g; Tłuszcz: 104.49 g; Węglowodany ogółem: 192.23 g; Witamina B12: 5.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.43 g; suma cukrów prostych: 56.69 g; Błonnik pokarmowy: 17.49 g; Magnez: 389.30 mg; Żelazo: 13.45 mg; Witamina A: 3591.84 mg; Witamina B6: 3.64 mg; Witamina C: 112.25 mg; Witamina E: 8.57 mg; Sód: 917.19 mg; Wapń: 825.87 mg;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 60g, sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser capresi 40g (2), pomidorki koktajlowe 100g^,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka duszony 100g w sosie koperkowym 80g(1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Sos koperkowy 100g (1), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), kielbasa szynkowa dębowa 50g, pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.35 kcal; Białko ogółem: 130.65 g; Tłuszcz: 79.71 g; Węglowodany ogółem: 282.40 g; Witamina B12: 4.03 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.83 g; suma cukrów prostych: 74.37 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g; Magnez: 301.22 mg; Żelazo: 9.06 mg; Witamina A: 1127.60 mg; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 146.39 mg; Witamina E: 11.23 mg; Sód: 3053.78 mg; Wapń: 1062.77 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-06 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), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, rzodkiewka 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kiszony 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.13 kcal; Białko ogółem: 103.22 g; Tłuszcz: 80.93 g; Węglowodany ogółem: 284.90 g; Witamina B12: 3.80 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.94 g; suma cukrów prostych: 78.48 g; Błonnik pokarmowy: 31.68 g; Magnez: 370.23 mg; Żelazo: 10.24 mg; Witamina A: 2946.07 mg; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 94.93 mg; Witamina E: 8.12 mg; Sód: 3372.28 mg; Wapń: 1243.37 mg;

niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	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]: 2207.62 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 77.43 g; Węglowodany ogółem: 271.71 g; Witamina B12: 3.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 75.83 g; Błonnik pokarmowy: 25.78 g; Magnez: 280.67 mg; Żelazo: 8.47 mg; Witamina A: 3091.70 mg; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 118.52 mg; Witamina E: 9.15 mg; Sód: 2211.97 mg; Wapń: 989.41 mg;

niedziela 2026-09-06 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 300g(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), rzodkiewka 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 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]: 2121.71 kcal; Białko ogółem: 104.31 g; Tłuszcz: 76.82 g; Węglowodany ogółem: 242.54 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.10 g; suma cukrów prostych: 69.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g; Magnez: 402.63 mg; Żelazo: 13.74 mg; Witamina A: 3228.00 mg; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 103.81 mg; Witamina E: 8.25 mg; Sód: 3422.25 mg; Wapń: 847.30 mg;

niedziela 2026-09-06 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), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, rzodkiewka 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kiszony 100g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2323.13 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 82.93 g; Węglowodany ogółem: 289.60 g; Witamina B12: 4.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.13 g; suma cukrów prostych: 82.58 g; Błonnik pokarmowy: 31.68 g; Magnez: 380.23 mg; Żelazo: 10.34 mg; Witamina A: 2962.07 mg; Witamina B6: 2.40 mg; Witamina C: 94.93 mg; Witamina E: 8.15 mg; Sód: 3410.28 mg; Wapń: 1346.37 mg;

niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2188.36 kcal; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 74.17 g; Węglowodany ogółem: 271.44 g; Witamina B12: 3.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.04 g; suma cukrów prostych: 74.36 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g; Magnez: 295.64 mg; Żelazo: 10.74 mg; Witamina A: 1303.50 mg; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 127.48 mg; Witamina E: 7.56 mg; Sód: 2608.51 mg; Wapń: 1022.75 mg;

niedziela 2026-09-06		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1969.52 kcal; Białko ogółem: 110.85 g; Tłuszcz: 50.60 g; Węglowodany ogółem: 271.64 g; Witamina B12: 3.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.44 g; suma cukrów prostych: 75.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.78 g; Magnez: 277.17 mg; Żelazo: 7.58 mg; Witamina A: 2978.10 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 118.52 mg; Witamina E: 8.53 mg; Sód: 1727.97 mg; Wapń: 976.02 mg;

niedziela 2026-09-06		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), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, rzodkiewka 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2), serek homo waniliowy 60g (2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek kiszony 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2367.93 kcal; Białko ogółem: 113.30 g; Tłuszcz: 83.45 g; Węglowodany ogółem: 292.88 g; Witamina B12: 4.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.45 g; suma cukrów prostych: 86.22 g; Błonnik pokarmowy: 31.68 g; Magnez: 375.03 mg; Żelazo: 10.36 mg; Witamina A: 2967.07 mg; Witamina B6: 2.40 mg; Witamina C: 94.93 mg; Witamina E: 8.17 mg; Sód: 3396.28 mg; Wapń: 1294.37 mg;

niedziela 2026-09-06		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, rzodkiewka 100g, kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	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: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2203.13 kcal; Białko ogółem: 102.72 g; Tłuszcz: 77.18 g; Węglowodany ogółem: 272.87 g; Witamina B12: 3.04 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.20 g; suma cukrów prostych: 95.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.27 g; Magnez: 267.45 mg; Żelazo: 8.91 mg; Witamina A: 3084.37 mg; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 128.46 mg; Witamina E: 9.36 mg; Sód: 2301.85 mg; Wapń: 797.50 mg;

niedziela 2026-09-06		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), rzodkiewka 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 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]: 2121.71 kcal; Białko ogółem: 104.31 g; Tłuszcz: 76.82 g; Węglowodany ogółem: 242.54 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.10 g; suma cukrów prostych: 69.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g; Magnez: 402.63 mg; Żelazo: 13.74 mg; Witamina A: 3228.00 mg; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 103.81 mg; Witamina E: 8.25 mg; Sód: 3422.25 mg; Wapń: 847.30 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-09-06		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), ziemniaki 100g, Buraczki gotowane 100g^,	herbata bez cukru 250ml, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Marchew gotowana 100 g, ziemniaki 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 200ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2199.10 kcal; Białko ogółem: 128.90 g; Tłuszcz: 105.13 g; Węglowodany ogółem: 184.70 g; Witamina B12: 5.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.52 g; suma cukrów prostych: 46.44 g; Błonnik pokarmowy: 17.40 g; Magnez: 365.66 mg; Żelazo: 12.31 mg; Witamina A: 2940.00 mg; Witamina B6: 3.81 mg; Witamina C: 91.04 mg; Witamina E: 6.20 mg; Sód: 1628.97 mg; Wapń: 961.71 mg;

niedziela 2026-09-06		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 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]: 2364.62 kcal; Białko ogółem: 125.36 g; Tłuszcz: 79.53 g; Węglowodany ogółem: 290.66 g; Witamina B12: 4.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.81 g; suma cukrów prostych: 94.58 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g; Magnez: 286.17 mg; Żelazo: 8.32 mg; Witamina A: 3126.20 mg; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 119.22 mg; Witamina E: 9.12 mg; Sód: 1927.47 mg; Wapń: 1113.91 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), schab na kartki 50g*, arbuż 150g*, rukola 10g, papryka świeża 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), ogórek świeży 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2603.04 kcal; Białko ogółem: 122.85 g; Tłuszcz: 77.52 g; Węglowodany ogółem: 356.51 g; Witamina B12: 6.37 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 78.47 g; Błonnik pokarmowy: 38.13 g; Magnez: 429.14 mg; Żelazo: 14.19 mg; Witamina A: 1339.60 mg; Witamina B6: 3.92 mg; Witamina C: 213.21 mg; Witamina E: 10.13 mg; Sód: 4128.12 mg; Wapń: 944.94 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), arbuż 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	marchewkowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.50 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 78.64 g; Węglowodany ogółem: 299.73 g; Witamina B12: 6.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 72.69 g; Błonnik pokarmowy: 16.09 g; Magnez: 234.57 mg; Żelazo: 7.66 mg; Witamina A: 2934.50 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 123.53 mg; Witamina E: 10.10 mg; Sód: 3582.34 mg; Wapń: 896.09 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka z ziarnami 70g (1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), arbuż 150g*, schab na kartki 40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.24 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 83.65 g; Węglowodany ogółem: 299.48 g; Witamina B12: 6.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.39 g; suma cukrów prostych: 66.52 g; Błonnik pokarmowy: 35.54 g; Magnez: 444.84 mg; Żelazo: 14.59 mg; Witamina A: 942.50 mg; Witamina B6: 3.60 mg; Witamina C: 85.91 mg; Witamina E: 8.33 mg; Sód: 4231.92 mg; Wapń: 992.34 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), schab na kartki 50g*, arbuż 150g*, rukola 10g, papryka świeża 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), ogórek świeży 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2663.04 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 79.52 g; Węglowodany ogółem: 362.71 g; Witamina B12: 6.87 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.71 g; suma cukrów prostych: 82.67 g; Błonnik pokarmowy: 38.13 g; Magnez: 446.14 mg; Żelazo: 14.29 mg; Witamina A: 1355.60 mg; Witamina B6: 3.98 mg; Witamina C: 214.21 mg; Witamina E: 10.16 mg; Sód: 4191.12 mg; Wapń: 1114.94 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), arbuż 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g,	marchewkowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g, Kompot b/c 300g, bukiet warzyw królewski 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Jadłospisy dla oddziałów

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

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	marchewkowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

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

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), schab na kartki 50g*, twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), ogórek świeży 90g , Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2652.04 kcal; Białko ogółem: 132.75 g; Tłuszcz: 77.77 g; Węglowodany ogółem: 358.26 g; Witamina B12: 6.82 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.66 g; suma cukrów prostych: 80.02 g; Błonnik pokarmowy: 38.13 g; Magnez: 433.64 mg; Żelazo: 14.29 mg; Witamina A: 1342.10 mg; Witamina B6: 3.96 mg; Witamina C: 213.21 mg; Witamina E: 10.13 mg; Sód: 4148.62 mg; Wapń: 992.94 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, arbuz 150g*, ser capresi 40g (2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ogórek świeży 90g , Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.54 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 87.33 g; Węglowodany ogółem: 278.14 g; Witamina B12: 6.11 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.79 g; suma cukrów prostych: 64.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.12 g; Magnez: 315.24 mg; Żelazo: 11.42 mg; Witamina A: 1034.50 mg; Witamina B6: 3.30 mg; Witamina C: 101.31 mg; Witamina E: 8.67 mg; Sód: 3753.02 mg; Wapń: 810.94 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., bułka z ziarnami 70g (1), chleb razowy 50g (1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), arbuz 150g*, schab na kartki 40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.24 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 83.65 g; Węglowodany ogółem: 299.48 g; Witamina B12: 6.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.39 g; suma cukrów prostych: 66.52 g; Błonnik pokarmowy: 35.54 g; Magnez: 444.84 mg; Żelazo: 14.59 mg; Witamina A: 942.50 mg; Witamina B6: 3.60 mg; Witamina C: 85.91 mg; Witamina E: 8.33 mg; Sód: 4231.92 mg; Wapń: 992.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-09-07 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*, ziemniaki 100g, bukiet warzyw diet100gm,	Ryżowa 400ml* (8,13), ziemniaki 100g, brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
	Podwieczorek: Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

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

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), arbuz 150g*, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), schab na kartki 50g*, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	marchewkowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, bukiet warzyw królewski 150g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), herbata 1 torebka, kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), kielbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.80 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 92.25 g; Węglowodany ogółem: 300.52 g; Witamina B12: 6.93 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.91 g; suma cukrów prostych: 72.69 g; Błonnik pokarmowy: 16.15 g; Magnez: 242.37 mg; Żelazo: 8.44 mg; Witamina A: 2935.70 mg; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 123.53 mg; Witamina E: 10.36 mg; Sód: 3985.54 mg; Wapń: 905.09 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-08 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), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidor malinowy 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , kasza bulgur 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), 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, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2338.45 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 69.87 g; Węglowodany ogółem: 308.71 g; Witamina B12: 5.69 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.62 g; suma cukrów prostych: 78.84 g; Błonnik pokarmowy: 30.95 g; Magnez: 325.84 mg; Żelazo: 12.23 mg; Witamina A: 1299.22 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 169.48 mg; Witamina E: 11.03 mg; Sód: 2551.86 mg; Wapń: 1091.81 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt, Rogalik maślane 1 szt.(1,2,3),	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , kasza jaglana 200g , buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2591.16 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 74.50 g; Węglowodany ogółem: 371.82 g; Witamina B12: 5.73 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 156.38 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g; Magnez: 332.59 mg; Żelazo: 14.95 mg; Witamina A: 1504.90 mg; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 118.46 mg; Witamina E: 9.11 mg; Sód: 2712.51 mg; Wapń: 1111.20 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Mandarynki 1por. , twaróg krajanka 50g(2), ser żółty 20g. (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 90g , szpinak 10g,	krupnik 400ml (1,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , kasza bulgur 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2190.85 kcal; Białko ogółem: 112.19 g; Tłuszcz: 66.12 g; Węglowodany ogółem: 273.58 g; Witamina B12: 5.29 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.47 g; suma cukrów prostych: 50.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g; Magnez: 343.15 mg; Żelazo: 12.16 mg; Witamina A: 1251.90 mg; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 171.88 mg; Witamina E: 9.41 mg; Sód: 2393.80 mg; Wapń: 1059.49 mg;

wtorek 2026-09-08 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), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidor malinowy 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , kasza bulgur 200g , sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), 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: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.25 kcal; Białko ogółem: 117.11 g; Tłuszcz: 71.22 g; Węglowodany ogółem: 330.31 g; Witamina B12: 5.69 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.19 g; suma cukrów prostych: 79.41 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g; Magnez: 325.84 mg; Żelazo: 12.23 mg; Witamina A: 1299.22 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 169.48 mg; Witamina E: 11.03 mg; Sód: 2551.86 mg; Wapń: 1091.81 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Rogalik maślane 1 szt.(1,2,3),	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , kasza jaglana 200g , buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), roszponka 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.76 kcal; Białko ogółem: 110.51 g; Tłuszcz: 73.92 g; Węglowodany ogółem: 292.13 g; Witamina B12: 5.73 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; suma cukrów prostych: 79.86 g; Błonnik pokarmowy: 18.22 g; Magnez: 315.39 mg; Żelazo: 13.90 mg; Witamina A: 1406.60 mg; Witamina B6: 2.20 mg; Witamina C: 74.96 mg; Witamina E: 7.89 mg; Sód: 2703.31 mg; Wapń: 1077.10 mg;

wtorek 2026-09-08		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g (1,2,3,13), kasza jaglana 200g, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), roszponka 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1964.65 kcal; Białko ogółem: 78.39 g; Tłuszcz: 57.67 g; Węglowodany ogółem: 288.95 g; Witamina B12: 3.78 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.29 g; suma cukrów prostych: 77.70 g; Błonnik pokarmowy: 17.53 g; Magnez: 254.98 mg; Żelazo: 11.38 mg; Witamina A: 939.92 mg; Witamina B6: 1.47 mg; Witamina C: 67.16 mg; Witamina E: 6.44 mg; Sód: 2127.10 mg; Wapń: 973.04 mg;

wtorek 2026-09-08		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), twaróg krajanka 50g(2), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidor malinowy 90g, szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 30g (2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie w (1,2,3,13), kasza bulgur 200g, sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), 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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.65 kcal; Białko ogółem: 121.31 g; Tłuszcz: 77.67 g; Węglowodany ogółem: 308.74 g; Witamina B12: 6.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.02 g; suma cukrów prostych: 78.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.95 g; Magnez: 335.14 mg; Żelazo: 12.44 mg; Witamina A: 1382.02 mg; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 169.48 mg; Witamina E: 11.15 mg; Sód: 2722.86 mg; Wapń: 1333.91 mg;

wtorek 2026-09-08		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), serek tartare 2 szt. (40g), serek tartare 2 szt. (40g), mus warzywno-owocowy 100g, pomidor malinowy 90g, szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie w (1,2,3,13), kasza bulgur 200g, sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), pasta jajeczna z nasionami słonecznika 60g (3,13,11)^, Pomidorki koktajlowe 90g, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2315.18 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 85.59 g; Węglowodany ogółem: 276.48 g; Witamina B12: 5.33 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.73 g; suma cukrów prostych: 71.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.55 g; Magnez: 332.93 mg; Żelazo: 11.85 mg; Witamina A: 2071.09 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 178.11 mg; Witamina E: 15.92 mg; Sód: 3265.73 mg; Wapń: 949.60 mg;

wtorek 2026-09-08		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Mandarynki 1por., twaróg krajanka 50g(2), ser żółty 30g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	brokułowa z ziemniakami 400ml (13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie w (1,2,3,13), kasza bulgur 200g, sałatka z kapust czerwonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), papryka św. 50g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.70 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 72.29 g; Węglowodany ogółem: 273.26 g; Witamina B12: 5.52 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.39 g; suma cukrów prostych: 52.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.20 g; Magnez: 358.72 mg; Żelazo: 11.96 mg; Witamina A: 1899.20 mg; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 231.19 mg; Witamina E: 10.74 mg; Sód: 2494.44 mg; Wapń: 1166.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-09-08 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.,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, ziemniaki 100g, bukiet warzyw diet100gm,	Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 100g, brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250ml,
	Podwieczorek: Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.71 kcal; Białko ogółem: 137.62 g; Tłuszcz: 82.93 g; Węglowodany ogółem: 217.80 g; Witamina B12: 5.40 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.81 g; suma cukrów prostych: 51.21 g; Błonnik pokarmowy: 19.20 g; Magnez: 412.42 mg; Żelazo: 10.58 mg; Witamina A: 1546.00 mg; Witamina B6: 4.35 mg; Witamina C: 195.42 mg; Witamina E: 7.77 mg; Sód: 1326.83 mg; Wapń: 1177.66 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), kielbasa szynkowa dębowa 50g, jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szpinak 10g, dżem niskosłodzony 50g - 2 szt., Rogalik maślane 1 szt.(1,2,3),	brokułowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Rolada drobiowa ze szpinakiem 120g w sosie wł (1,2,3,13) , kasza jaglana 200g , buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g ,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2677.16 kcal; Białko ogółem: 130.17 g; Tłuszcz: 70.75 g; Węglowodany ogółem: 389.42 g; Witamina B12: 4.96 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.54 g; suma cukrów prostych: 173.58 g; Błonnik pokarmowy: 21.20 g; Magnez: 335.59 mg; Żelazo: 13.40 mg; Witamina A: 1264.90 mg; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 119.16 mg; Witamina E: 8.55 mg; Sód: 2948.51 mg; Wapń: 1145.70 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z kap.kiszanej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	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: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2423.35 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 76.20 g; Węglowodany ogółem: 325.44 g; Witamina B12: 6.76 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.09 g; suma cukrów prostych: 78.74 g; Błonnik pokarmowy: 33.33 g; Magnez: 405.03 mg; Żelazo: 11.09 mg; Witamina A: 2544.09 mg; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 242.17 mg; Witamina E: 10.42 mg; Sód: 2736.76 mg; Wapń: 1269.38 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), 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), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2204.33 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 71.07 g; Węglowodany ogółem: 294.56 g; Witamina B12: 7.16 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.66 g; suma cukrów prostych: 76.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g; Magnez: 368.23 mg; Żelazo: 9.91 mg; Witamina A: 2625.59 mg; Witamina B6: 2.80 mg; Witamina C: 212.80 mg; Witamina E: 12.09 mg; Sód: 2428.73 mg; Wapń: 1157.95 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt.150g, filet pieczony z indyka 30g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z kap.kiszanej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2193.95 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 73.45 g; Węglowodany ogółem: 280.27 g; Witamina B12: 7.00 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.19 g; suma cukrów prostych: 75.80 g; Błonnik pokarmowy: 33.56 g; Magnez: 447.64 mg; Żelazo: 12.42 mg; Witamina A: 2745.71 mg; Witamina B6: 3.27 mg; Witamina C: 251.08 mg; Witamina E: 11.31 mg; Sód: 3295.90 mg; Wapń: 1348.73 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , roszonek 10g,	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , surówka z kap.kiszanej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	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: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2483.35 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 78.20 g; Węglowodany ogółem: 331.64 g; Witamina B12: 7.26 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.28 g; suma cukrów prostych: 82.94 g; Błonnik pokarmowy: 33.33 g; Magnez: 422.03 mg; Żelazo: 11.19 mg; Witamina A: 2560.09 mg; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 243.17 mg; Witamina E: 10.45 mg; Sód: 2799.76 mg; Wapń: 1439.38 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), roszonek 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka, Sos pomidorowy 100ml (1,2),
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.21 kcal; Białko ogółem: 103.49 g; Tłuszcz: 76.12 g; Węglowodany ogółem: 302.85 g; Witamina B12: 7.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.76 g; suma cukrów prostych: 80.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; Magnez: 383.23 mg; Żelazo: 10.46 mg; Witamina A: 2818.84 mg; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 222.32 mg; Witamina E: 13.84 mg; Sód: 2444.14 mg; Wapń: 1185.52 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rozspanka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Szynka śniadaniowa 50g^, szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z owocami 1szt. Musiak(2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2113.33 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 57.92 g; Węglowodany ogółem: 301.65 g; Witamina B12: 6.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.74 g; suma cukrów prostych: 77.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g; Magnez: 339.13 mg; Żelazo: 9.50 mg; Witamina A: 1985.19 mg; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 211.80 mg; Witamina E: 10.10 mg; Sód: 1770.83 mg; Wapń: 903.85 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Filet pieczony z indyka 50g, ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt.150g, papryka świeża 90g , rozspanka 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z ogórkiem kisz150g (3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	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: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2588.78 kcal; Białko ogółem: 110.29 g; Tłuszcz: 82.36 g; Węglowodany ogółem: 344.26 g; Witamina B12: 7.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.22 g; suma cukrów prostych: 95.25 g; Błonnik pokarmowy: 35.79 g; Magnez: 401.33 mg; Żelazo: 10.51 mg; Witamina A: 2334.59 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 220.35 mg; Witamina E: 9.71 mg; Sód: 2771.33 mg; Wapń: 1368.65 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO		
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet pieczony z indyka 30g , mus warzywno-owocowy 100g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 90g, rozspanka 10g,	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z ogórkiem kisz150g (3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.73 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 83.96 g; Węglowodany ogółem: 292.76 g; Witamina B12: 6.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.21 g; suma cukrów prostych: 78.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.12 g; Magnez: 307.53 mg; Żelazo: 8.47 mg; Witamina A: 2003.79 mg; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 131.35 mg; Witamina E: 8.74 mg; Sód: 2304.23 mg; Wapń: 1129.05 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO		
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ser capresi 40g (2), gruszka 1 szt.150g, Filet pieczony z indyka 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), papryka świeża 90g , rozspanka 10g,	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , sałatka z ogórkiem kisz150g (3,11,13), Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, ogórek świeży 90g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2267.98 kcal; Białko ogółem: 102.99 g; Tłuszcz: 70.63 g; Węglowodany ogółem: 297.73 g; Witamina B12: 7.00 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.92 g; suma cukrów prostych: 92.27 g; Błonnik pokarmowy: 36.02 g; Magnez: 435.14 mg; Żelazo: 11.64 mg; Witamina A: 2443.41 mg; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 229.26 mg; Witamina E: 10.41 mg; Sód: 2944.07 mg; Wapń: 1293.60 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-09-09 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 200ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, Buraczki gotowane 100g^,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 100g, Masło 5g(2),
	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]: 2172.88 kcal; Białko ogółem: 115.94 g; Tłuszcz: 107.25 g; Węglowodany ogółem: 184.97 g; Witamina B12: 6.13 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.19 g; suma cukrów prostych: 78.02 g; Błonnik pokarmowy: 15.22 g; Magnez: 355.80 mg; Żelazo: 11.91 mg; Witamina A: 1736.19 mg; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 122.84 mg; Witamina E: 8.75 mg; Sód: 1927.07 mg; Wapń: 1197.43 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet pieczony z indyka 60g , ser capresi 40g (2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Botwinka z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), brokuły z wody 150g, ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g, Sos grecki 150g (1,2,13)*,	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), pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2375.13 kcal; Białko ogółem: 114.14 g; Tłuszcz: 82.33 g; Węglowodany ogółem: 297.75 g; Witamina B12: 7.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.06 g; suma cukrów prostych: 76.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g; Magnez: 377.03 mg; Żelazo: 10.11 mg; Witamina A: 2718.39 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 212.80 mg; Witamina E: 12.29 mg; Sód: 2815.13 mg; Wapń: 1312.35 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Leczo z mięsem drobiowym i kielbasą 300g(1,8,11,13), Kompot b/c 300g, ryż brązowy gotowany 200g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka, ogórek kiszony 90g , roszonek 10g,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2859.19 kcal; Białko ogółem: 122.98 g; Tłuszcz: 91.90 g; Węglowodany ogółem: 367.88 g; Witamina B12: 3.21 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.02 g; suma cukrów prostych: 74.27 g; Błonnik pokarmowy: 38.65 g; Magnez: 493.72 mg; Żelazo: 14.64 mg; Witamina A: 1603.71 mg; Witamina B6: 3.36 mg; Witamina C: 256.33 mg; Witamina E: 13.58 mg; Sód: 3233.50 mg; Wapń: 877.24 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z mięsem drobiowym i warzywami 350g(1,3,13), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka, roszonek 10g,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2573.45 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 81.69 g; Węglowodany ogółem: 328.57 g; Witamina B12: 3.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.20 g; suma cukrów prostych: 70.03 g; Błonnik pokarmowy: 19.82 g; Magnez: 285.80 mg; Żelazo: 9.71 mg; Witamina A: 1555.90 mg; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 123.25 mg; Witamina E: 9.16 mg; Sód: 1881.90 mg; Wapń: 853.90 mg;

czwartek 2026-09-10 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), szynka na kartki 50g*, kiwi 1szt. 80g, ser żółty 30g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Leczo z mięsem drobiowym i kielbasą 300g(1,8,11,13), ryż brązowy gotowany 200g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , 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]: 2586.09 kcal; Białko ogółem: 121.05 g; Tłuszcz: 94.77 g; Węglowodany ogółem: 318.45 g; Witamina B12: 3.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.71 g; suma cukrów prostych: 56.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.91 g; Magnez: 508.42 mg; Żelazo: 15.02 mg; Witamina A: 1514.31 mg; Witamina B6: 3.38 mg; Witamina C: 297.29 mg; Witamina E: 12.82 mg; Sód: 3067.10 mg; Wapń: 872.24 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Leczo z mięsem drobiowym i kielbasą 300g(1,8,11,13), Kompot b/c 300g, ryż brązowy gotowany 200g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor 100g, ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka, roszonek 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2751.55 kcal; Białko ogółem: 112.94 g; Tłuszcz: 89.62 g; Węglowodany ogółem: 353.25 g; Witamina B12: 3.18 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.95 g; suma cukrów prostych: 77.04 g; Błonnik pokarmowy: 33.54 g; Magnez: 403.75 mg; Żelazo: 12.86 mg; Witamina A: 1749.00 mg; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 271.71 mg; Witamina E: 14.67 mg; Sód: 2554.85 mg; Wapń: 871.35 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z mięsem drobiowym i warzywami 350g(1,3,13), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , pomidor 100g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka, roszonek 10g,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2592.45 kcal; Białko ogółem: 112.91 g; Tłuszcz: 81.89 g; Węglowodany ogółem: 332.67 g; Witamina B12: 3.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.25 g; suma cukrów prostych: 72.83 g; Błonnik pokarmowy: 21.02 g; Magnez: 293.80 mg; Żelazo: 10.21 mg; Witamina A: 1662.90 mg; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 146.25 mg; Witamina E: 10.38 mg; Sód: 1889.90 mg; Wapń: 862.90 mg;

czwartek 2026-09-10		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynka na kartki 50g*, brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z mięsem drobiowym i warzywami 350g(1,3,13), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, pomidor 100g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.55 kcal; Białko ogółem: 116.54 g; Tłuszcz: 55.35 g; Węglowodany ogółem: 332.72 g; Witamina B12: 2.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.43 g; suma cukrów prostych: 72.77 g; Błonnik pokarmowy: 20.96 g; Magnez: 288.90 mg; Żelazo: 9.54 mg; Witamina A: 1580.30 mg; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 146.25 mg; Witamina E: 9.92 mg; Sód: 1461.80 mg; Wapń: 855.90 mg;

czwartek 2026-09-10		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), brzoskwinia 1szt, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, ser żółty 30g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Leczo z mięsem drobiowym i kielbasą 300g(1,8,11,13), Kompot b/c 300g, ryż brązowy gotowany 200g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , ketchup 1 szt. 20g (1,13), herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2959.39 kcal; Białko ogółem: 130.48 g; Tłuszcz: 99.70 g; Węglowodany ogółem: 367.91 g; Witamina B12: 3.72 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.42 g; suma cukrów prostych: 74.30 g; Błonnik pokarmowy: 38.65 g; Magnez: 503.02 mg; Żelazo: 14.85 mg; Witamina A: 1686.51 mg; Witamina B6: 3.36 mg; Witamina C: 256.33 mg; Witamina E: 13.70 mg; Sód: 3404.50 mg; Wapń: 1119.34 mg;

czwartek 2026-09-10		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), ser żółty 30g (2), brzoskwinia 1szt, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Leczo z mięsem drobiowym i kielbasą 300g(1,8,11,13), Kompot b/c 300g, ryż brązowy gotowany 200g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , herbata 1 torebka, ogórek kiszony 90g , roszponka 10g,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.59 kcal; Białko ogółem: 117.08 g; Tłuszcz: 100.57 g; Węglowodany ogółem: 291.81 g; Witamina B12: 3.02 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.33 g; suma cukrów prostych: 62.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; Magnez: 390.02 mg; Żelazo: 11.97 mg; Witamina A: 1667.51 mg; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 254.33 mg; Witamina E: 13.55 mg; Sód: 2663.50 mg; Wapń: 901.54 mg;

czwartek 2026-09-10		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), szynka na kartki 50g*, kiwi 1szt. 80g, kielbasa szynkowa dębowa 30g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Leczo z mięsem drobiowym i kielbasą 300g(1,8,11,13), ryż brązowy gotowany 200g, Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), parówka z fileta indyka 1szt. , ogórek kiszony 90g , 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]: 2521.29 kcal; Białko ogółem: 119.34 g; Tłuszcz: 88.20 g; Węglowodany ogółem: 318.72 g; Witamina B12: 2.63 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.83 g; suma cukrów prostych: 56.40 g; Błonnik pokarmowy: 36.91 g; Magnez: 503.32 mg; Żelazo: 15.08 mg; Witamina A: 1431.51 mg; Witamina B6: 3.45 mg; Witamina C: 297.29 mg; Witamina E: 12.77 mg; Sód: 3100.70 mg; Wapń: 631.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-09-10		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 250ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100 g, Masło 15g*(2),	herbata bez cukru 250ml, Jarzynowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Ryżowa 250ml (2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2312.66 kcal; Białko ogółem: 117.96 g; Tłuszcz: 117.67 g; Węglowodany ogółem: 168.47 g; Witamina B12: 5.20 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.12 g; suma cukrów prostych: 65.51 g; Błonnik pokarmowy: 13.38 g; Magnez: 275.67 mg; Żelazo: 9.26 mg; Witamina A: 3349.95 mg; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 101.27 mg; Witamina E: 8.80 mg; Sód: 1907.16 mg; Wapń: 764.86 mg;

czwartek 2026-09-10		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg 50g (2), brzoskwinia 1szt, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), szynka na kartki 50g*, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z mięsem drobiowym i warzywami 350g(1,3,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), parówki z fileta indyka 2szt. , pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2818.05 kcal; Białko ogółem: 128.21 g; Tłuszcz: 100.78 g; Węglowodany ogółem: 330.50 g; Witamina B12: 3.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.68 g; suma cukrów prostych: 71.58 g; Błonnik pokarmowy: 19.88 g; Magnez: 295.10 mg; Żelazo: 10.47 mg; Witamina A: 1559.60 mg; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 123.25 mg; Witamina E: 9.38 mg; Sód: 2329.60 mg; Wapń: 907.30 mg;

Dietetyk

.....