Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO**	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, pomidorki koktajlowe 100g^, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80g (1,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2475.99 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 68.86 g; Węglowodany ogółem: 306.07 g; Witamina B12: 2.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.25 g; suma cukrów prostych: 82.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g; Magnez: 380.59 mg; Żelazo: 11.49 mg; Witamina A: 1321.04 mg; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 224.94 mg; Witamina E: 11.95 mg; Sód: 2009.74 mg; Wapń: 872.32 mg;

sobota 2026-11-21	**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^,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80g (1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.27 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; Tłuszcz: 69.82 g; Węglowodany ogółem: 282.74 g; Witamina B12: 2.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.03 g; suma cukrów prostych: 73.34 g; Błonnik pokarmowy: 16.29 g; Magnez: 267.17 mg; Żelazo: 10.00 mg; Witamina A: 938.50 mg; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 98.34 mg; Witamina E: 9.29 mg; Sód: 1666.16 mg; Wapń: 851.22 mg;

sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO**	
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), pomidorki koktajlowe 100g^,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80g (1,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		**Posiłek nocny:** Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2385.39 kcal; Białko ogółem: 115.96 g; Tłuszcz: 71.47 g; Węglowodany ogółem: 280.83 g; Witamina B12: 2.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.47 g; suma cukrów prostych: 71.71 g; Błonnik pokarmowy: 32.16 g; Magnez: 414.49 mg; Żelazo: 13.06 mg; Witamina A: 1317.24 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 221.94 mg; Witamina E: 12.44 mg; Sód: 1898.14 mg; Wapń: 787.12 mg;

sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO**	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, pomidorki koktajlowe 100g^, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80g (1,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		**Posiłek nocny:** Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2553.99 kcal; Białko ogółem: 119.39 g; Tłuszcz: 69.50 g; Węglowodany ogółem: 322.27 g; Witamina B12: 2.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.25 g; suma cukrów prostych: 82.27 g; Błonnik pokarmowy: 31.04 g; Magnez: 380.59 mg; Żelazo: 11.49 mg; Witamina A: 1321.04 mg; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 224.94 mg; Witamina E: 11.95 mg; Sód: 2009.74 mg; Wapń: 872.32 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-11-21	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^,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80g (1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.27 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; Tłuszcz: 69.82 g; Węglowodany ogółem: 282.74 g; Witamina B12: 2.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.03 g; suma cukrów prostych: 73.34 g; Błonnik pokarmowy: 16.29 g; Magnez: 267.17 mg; Żelazo: 10.00 mg; Witamina A: 938.50 mg; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 98.34 mg; Witamina E: 9.29 mg; Sód: 1666.16 mg; Wapń: 851.22 mg;

sobota 2026-11-21	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^,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 100g m, Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2031.07 kcal; Białko ogółem: 113.67 g; Tłuszcz: 51.77 g; Węglowodany ogółem: 279.02 g; Witamina B12: 2.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.94 g; suma cukrów prostych: 73.25 g; Błonnik pokarmowy: 16.18 g; Magnez: 273.12 mg; Żelazo: 10.00 mg; Witamina A: 858.30 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 98.34 mg; Witamina E: 6.41 mg; Sód: 1676.76 mg; Wapń: 849.67 mg;

sobota 2026-11-21	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), kurczak gotowany premium 50g , twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, pomidorki koktajlowe 100g^, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80g (1,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2524.99 kcal; Białko ogółem: 127.69 g; Tłuszcz: 69.11 g; Węglowodany ogółem: 307.82 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.39 g; suma cukrów prostych: 83.82 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g; Magnez: 385.09 mg; Żelazo: 11.59 mg; Witamina A: 1323.54 mg; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 224.94 mg; Witamina E: 11.95 mg; Sód: 2030.24 mg; Wapń: 920.32 mg;

sobota 2026-11-21	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),	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80g (1,13), Kasza gryczana gotowana 200 g, sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 100g,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2246.97 kcal; Białko ogółem: 111.73 g; Tłuszcz: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 244.94 g; Witamina B12: 2.10 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.94 g; suma cukrów prostych: 56.25 g; Błonnik pokarmowy: 19.25 g; Magnez: 301.09 mg; Żelazo: 9.91 mg; Witamina A: 909.28 mg; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 92.64 mg; Witamina E: 9.92 mg; Sód: 1645.48 mg; Wapń: 695.88 mg;

sobota 2026-11-21	Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO	
Kefir 150g(2) 1szt., chleb razowy 100g(1), masło 15g*(2), kurczak gotowany premium 50g , gruszka 1 szt.150g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser żółty 20g. (2), pomidorki koktajlowe 100g^,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80g (1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		**Posiłek nocny:** Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2161.39 kcal; Białko ogółem: 106.38 g; Tłuszcz: 69.24 g; Węglowodany ogółem: 278.16 g; Witamina B12: 2.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 71.60 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; Magnez: 357.29 mg; Żelazo: 12.56 mg; Witamina A: 1317.24 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 221.94 mg; Witamina E: 12.41 mg; Sód: 1898.94 mg; Wapń: 783.82 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-11-21	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
herbata bez cukru 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 100g, Szpinak gotowany z olejem 120g^, Masło 10g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	herbata bez cukru 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 100 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	**Posiłek nocny:** Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2222.71 kcal; Białko ogółem: 120.54 g; Tłuszcz: 102.06 g; Węglowodany ogółem: 203.17 g; Witamina B12: 5.23 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.01 g; suma cukrów prostych: 56.42 g; Błonnik pokarmowy: 15.43 g; Magnez: 346.40 mg; Żelazo: 12.22 mg; Witamina A: 3591.84 mg; Witamina B6: 3.61 mg; Witamina C: 112.25 mg; Witamina E: 7.99 mg; Sód: 916.34 mg; Wapń: 808.77 mg;

sobota 2026-11-21	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), ser capresi 40g (2), pomidorki koktajlowe 100g^,	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 100g w sosie wł. 80g (1,13), Kasza jęczmienna 200g gotowana (1), buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, twaróg krajanka 50g(2), pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2348.27 kcal; Białko ogółem: 123.22 g; Tłuszcz: 79.27 g; Węglowodany ogółem: 285.97 g; Witamina B12: 3.75 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.57 g; suma cukrów prostych: 74.93 g; Błonnik pokarmowy: 16.29 g; Magnez: 280.47 mg; Żelazo: 10.30 mg; Witamina A: 1033.80 mg; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 98.34 mg; Witamina E: 9.50 mg; Sód: 2073.06 mg; Wapń: 1053.62 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO**	
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), twaróg krajanka 50g(2), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidorki koktajlowe 100g^, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Kapuśniak z kapusty kisz 400ml (1,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g ^, ogórek kiszony 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.62 kcal; Białko ogółem: 112.35 g; Tłuszcz: 69.70 g; Węglowodany ogółem: 325.33 g; Witamina B12: 4.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.38 g; suma cukrów prostych: 61.07 g; Błonnik pokarmowy: 33.79 g; Magnez: 412.58 mg; Żelazo: 12.66 mg; Witamina A: 2673.77 mg; Witamina B6: 3.32 mg; Witamina C: 116.42 mg; Witamina E: 10.23 mg; Sód: 3589.13 mg; Wapń: 977.17 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO**	
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 100g^,	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.55 kcal; Białko ogółem: 109.86 g; Tłuszcz: 84.16 g; Węglowodany ogółem: 285.78 g; Witamina B12: 4.35 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.12 g; suma cukrów prostych: 62.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.65 g; Magnez: 319.65 mg; Żelazo: 9.88 mg; Witamina A: 1626.68 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 192.63 mg; Witamina E: 11.99 mg; Sód: 5599.75 mg; Wapń: 1155.22 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO**	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1szt. 153g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), pomidorki koktajlowe 100g^,	Kapuśniak z kapusty kisz 400ml (1,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, szynkowa dębowa 50g ^, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		**Posiłek nocny:** Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.24 kcal; Białko ogółem: 112.91 g; Tłuszcz: 74.79 g; Węglowodany ogółem: 267.31 g; Witamina B12: 4.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.06 g; suma cukrów prostych: 55.51 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g; Magnez: 462.39 mg; Żelazo: 15.68 mg; Witamina A: 1372.53 mg; Witamina B6: 3.65 mg; Witamina C: 191.78 mg; Witamina E: 11.60 mg; Sód: 6263.88 mg; Wapń: 818.16 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO**	
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), twaróg krajanka 50g(2), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidorki koktajlowe 100g^, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Kapuśniak z kapusty kisz 400ml (1,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g ^, ogórek kiszony 100g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.62 kcal; Białko ogółem: 115.75 g; Tłuszcz: 71.70 g; Węglowodany ogółem: 330.03 g; Witamina B12: 4.75 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.57 g; suma cukrów prostych: 65.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.79 g; Magnez: 422.58 mg; Żelazo: 12.76 mg; Witamina A: 2689.77 mg; Witamina B6: 3.36 mg; Witamina C: 116.42 mg; Witamina E: 10.26 mg; Sód: 3627.13 mg; Wapń: 1080.17 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO**	
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 100g^,	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.55 kcal; Białko ogółem: 109.86 g; Tłuszcz: 84.16 g; Węglowodany ogółem: 285.78 g; Witamina B12: 4.35 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.12 g; suma cukrów prostych: 62.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.65 g; Magnez: 319.65 mg; Żelazo: 9.88 mg; Witamina A: 1626.68 mg; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 192.63 mg; Witamina E: 11.99 mg; Sód: 5599.75 mg; Wapń: 1155.22 mg;

niedziela 2026-11-22	Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO	
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek 50g(2)^, mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 100g^,	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2051.75 kcal; Białko ogółem: 118.99 g; Tłuszcz: 53.12 g; Węglowodany ogółem: 276.35 g; Witamina B12: 3.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.86 g; suma cukrów prostych: 63.40 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g; Magnez: 306.75 mg; Żelazo: 8.71 mg; Witamina A: 1448.28 mg; Witamina B6: 2.77 mg; Witamina C: 192.49 mg; Witamina E: 8.87 mg; Sód: 2444.75 mg; Wapń: 1024.63 mg;

niedziela 2026-11-22	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO	
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), twaróg krajanka 50g(2), jabłko deserowe 1szt. 153g, pomidorki koktajlowe 100g^, kakao b/cukru 300ml (1,2), serek homo waniliowy 60g (2),	Kapuśniak z kapusty kisz 400ml (1,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g ^, ogórek kiszony 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.42 kcal; Białko ogółem: 122.43 g; Tłuszcz: 72.22 g; Węglowodany ogółem: 333.31 g; Witamina B12: 4.66 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.89 g; suma cukrów prostych: 68.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.79 g; Magnez: 417.38 mg; Żelazo: 12.78 mg; Witamina A: 2694.77 mg; Witamina B6: 3.37 mg; Witamina C: 116.42 mg; Witamina E: 10.27 mg; Sód: 3613.13 mg; Wapń: 1028.17 mg;

niedziela 2026-11-22	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO	
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, pomidorki koktajlowe 100g^, kakao b/cukru 300ml (1,2),	Kapuśniak z kapusty kisz 400ml (1,13)^, kotlet schabowy 130g (1,3), ziemniaki gotowane 200g*, marchewka z groszkiem 150g, Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), szynkowa dębowa 50g ^, sok pomidorowy 200ml 1szt, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2372.32 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 76.07 g; Węglowodany ogółem: 309.68 g; Witamina B12: 3.72 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.69 g; suma cukrów prostych: 75.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g; Magnez: 309.90 mg; Żelazo: 11.46 mg; Witamina A: 2909.27 mg; Witamina B6: 3.25 mg; Witamina C: 146.65 mg; Witamina E: 11.49 mg; Sód: 2700.41 mg; Wapń: 738.20 mg;

niedziela 2026-11-22	Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO	
Kefir 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), jabłko deserowe 1szt. 153g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), pomidorki koktajlowe 100g^,	Kapuśniak z kapusty kisz 400ml (1,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, szynkowa dębowa 50g ^, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml 1szt,		**Posiłek nocny:** Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2229.24 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 74.79 g; Węglowodany ogółem: 265.81 g; Witamina B12: 4.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.06 g; suma cukrów prostych: 55.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g; Magnez: 455.39 mg; Żelazo: 15.68 mg; Witamina A: 1372.53 mg; Witamina B6: 3.63 mg; Witamina C: 190.78 mg; Witamina E: 11.60 mg; Sód: 6238.88 mg; Wapń: 751.16 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-11-22	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
herbata bez cukru 250g, 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), cukinia gotowana z olejem 120g ,	herbata bez cukru 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana z olejem 120g^, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 100g,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	**Posiłek nocny:** jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2213.75 kcal; Białko ogółem: 132.00 g; Tłuszcz: 114.84 g; Węglowodany ogółem: 162.45 g; Witamina B12: 6.03 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.56 g; suma cukrów prostych: 43.19 g; Błonnik pokarmowy: 15.67 g; Magnez: 362.27 mg; Żelazo: 10.86 mg; Witamina A: 3219.13 mg; Witamina B6: 3.74 mg; Witamina C: 84.09 mg; Witamina E: 7.89 mg; Sód: 1029.84 mg; Wapń: 947.41 mg;

niedziela 2026-11-22	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), pomidorki koktajlowe 100g^,	szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, szynkowa dębowa 50g ^, herbata 1 torebka, twarożek z zieloną pietruszką 50g(2), Pomidorki koktajlowe 90g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.02 kcal; Białko ogółem: 130.79 g; Tłuszcz: 79.12 g; Węglowodany ogółem: 304.02 g; Witamina B12: 4.98 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 81.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; Magnez: 325.42 mg; Żelazo: 10.14 mg; Witamina A: 1595.44 mg; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 198.66 mg; Witamina E: 11.96 mg; Sód: 5271.02 mg; Wapń: 1133.61 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
poniedziałek 2026-11-23	**Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), mandarynki 150g, rukola 10g, ogórek świeży 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3042.24 kcal; Białko ogółem: 133.30 g; Tłuszcz: 96.84 g; Węglowodany ogółem: 396.31 g; Witamina B12: 4.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.08 g; suma cukrów prostych: 63.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.95 g; Magnez: 417.67 mg; Żelazo: 14.20 mg; Witamina A: 1156.94 mg; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 116.45 mg; Witamina E: 6.99 mg; Sód: 2472.15 mg; Wapń: 878.59 mg;

poniedziałek 2026-11-23	**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 400g (1,2,13), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.44 kcal; Białko ogółem: 112.10 g; Tłuszcz: 88.48 g; Węglowodany ogółem: 342.32 g; Witamina B12: 3.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.17 g; suma cukrów prostych: 90.92 g; Błonnik pokarmowy: 16.94 g; Magnez: 344.72 mg; Żelazo: 10.51 mg; Witamina A: 1553.69 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 123.17 mg; Witamina E: 12.78 mg; Sód: 1648.13 mg; Wapń: 881.76 mg;

poniedziałek 2026-11-23	**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), mandarynki 150g, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, ogórek świeży 90g ,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidorki koktajlowe 90g , kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		**Posiłek nocny:** Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.50 kcal; Białko ogółem: 116.68 g; Tłuszcz: 82.49 g; Węglowodany ogółem: 302.11 g; Witamina B12: 3.45 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.47 g; suma cukrów prostych: 61.77 g; Błonnik pokarmowy: 22.13 g; Magnez: 362.67 mg; Żelazo: 10.49 mg; Witamina A: 936.04 mg; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 98.27 mg; Witamina E: 6.49 mg; Sód: 2656.49 mg; Wapń: 890.79 mg;

poniedziałek 2026-11-23	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), mandarynki 150g, rukola 10g, ogórek świeży 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		**Posiłek nocny:** Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3102.24 kcal; Białko ogółem: 137.60 g; Tłuszcz: 98.84 g; Węglowodany ogółem: 402.51 g; Witamina B12: 5.17 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.27 g; suma cukrów prostych: 68.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.95 g; Magnez: 434.67 mg; Żelazo: 14.30 mg; Witamina A: 1172.94 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 117.45 mg; Witamina E: 7.02 mg; Sód: 2535.15 mg; Wapń: 1048.59 mg;

poniedziałek 2026-11-23	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 400g (1,2,13), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.44 kcal; Białko ogółem: 112.10 g; Tłuszcz: 88.48 g; Węglowodany ogółem: 342.32 g; Witamina B12: 3.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.17 g; suma cukrów prostych: 90.92 g; Błonnik pokarmowy: 16.94 g; Magnez: 344.72 mg; Żelazo: 10.51 mg; Witamina A: 1553.69 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 123.17 mg; Witamina E: 12.78 mg; Sód: 1648.13 mg; Wapń: 881.76 mg;

poniedziałek 2026-11-23	Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, makaron gotowany 200g (1,3), filet z kurczaka gotowany 100g m, szpinak gotowany 150g (2), Kompot b/c 300ml*,	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, kurczak gotowany premium 50g , pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2250.30 kcal; Białko ogółem: 120.83 g; Tłuszcz: 49.59 g; Węglowodany ogółem: 334.45 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.70 g; suma cukrów prostych: 90.39 g; Błonnik pokarmowy: 17.45 g; Magnez: 364.82 mg; Żelazo: 10.81 mg; Witamina A: 1743.48 mg; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 143.90 mg; Witamina E: 9.09 mg; Sód: 2008.39 mg; Wapń: 877.53 mg;

poniedziałek 2026-11-23	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), twaróg krajanka 50g(2), mandarynki 150g, rukola 10g, ogórek świeży 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3091.24 kcal; Białko ogółem: 143.20 g; Tłuszcz: 97.09 g; Węglowodany ogółem: 398.06 g; Witamina B12: 5.12 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.22 g; suma cukrów prostych: 65.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.95 g; Magnez: 422.17 mg; Żelazo: 14.30 mg; Witamina A: 1159.44 mg; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 116.45 mg; Witamina E: 7.00 mg; Sód: 2492.65 mg; Wapń: 926.59 mg;

poniedziałek 2026-11-23	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO	
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Banan 1 szt 200g, ser capresi 40g (2), rukola 10g, ogórek świeży 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2948.27 kcal; Białko ogółem: 124.78 g; Tłuszcz: 111.20 g; Węglowodany ogółem: 350.83 g; Witamina B12: 4.42 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.88 g; suma cukrów prostych: 76.73 g; Błonnik pokarmowy: 20.37 g; Magnez: 349.58 mg; Żelazo: 12.04 mg; Witamina A: 1260.49 mg; Witamina B6: 3.14 mg; Witamina C: 90.04 mg; Witamina E: 8.43 mg; Sód: 2113.69 mg; Wapń: 722.66 mg;

poniedziałek 2026-11-23	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), mandarynki 150g, schab Grzegorza40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, Makaron razowy z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami 400g (1,2,3,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		**Posiłek nocny:** Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2646.64 kcal; Białko ogółem: 127.78 g; Tłuszcz: 85.38 g; Węglowodany ogółem: 339.44 g; Witamina B12: 3.48 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.54 g; suma cukrów prostych: 59.63 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g; Magnez: 429.67 mg; Żelazo: 12.85 mg; Witamina A: 866.74 mg; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 98.05 mg; Witamina E: 6.06 mg; Sód: 2703.25 mg; Wapń: 884.59 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-11-23	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 400ml* (8,13), herbata bez cukru 250g, ziemniaki 100g, brokuły gotowane z olejem 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	**Posiłek nocny:** Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

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

poniedziałek 2026-11-23	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Szynka Ojca Grzegorza 50g, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^, Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 400g (1,2,13), Kompot b/c 300ml*,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), herbata 1 torebka, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), pomidor malinowy 90g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2819.24 kcal; Białko ogółem: 129.55 g; Tłuszcz: 102.59 g; Węglowodany ogółem: 343.06 g; Witamina B12: 4.14 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.58 g; suma cukrów prostych: 90.92 g; Błonnik pokarmowy: 17.00 g; Magnez: 359.52 mg; Żelazo: 11.74 mg; Witamina A: 1554.89 mg; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 123.17 mg; Witamina E: 13.15 mg; Sód: 2392.33 mg; Wapń: 893.26 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-24	**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), serek tartare 2 szt. (40g), jabłko deserowe 1szt. 153g, papryka świeża 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), dżem 25g - 1 szt.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (1,2,3,13)^, ziemniaki gotowane 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.35 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 83.27 g; Węglowodany ogółem: 316.61 g; Witamina B12: 3.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.41 g; suma cukrów prostych: 116.49 g; Błonnik pokarmowy: 32.32 g; Magnez: 387.21 mg; Żelazo: 12.66 mg; Witamina A: 2244.01 mg; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 314.25 mg; Witamina E: 16.94 mg; Sód: 2598.35 mg; Wapń: 1283.51 mg;

wtorek 2026-11-24	**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), serek tartare 2 szt. (40g), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, dżem 25g - 1 szt.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (1,2,3,13)^, ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300ml*, buraczki gotowane 150g(1,2),	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Filet pieczony z indyka 50g, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.42 kcal; Białko ogółem: 94.68 g; Tłuszcz: 75.18 g; Węglowodany ogółem: 297.99 g; Witamina B12: 3.26 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.03 g; suma cukrów prostych: 109.33 g; Błonnik pokarmowy: 20.86 g; Magnez: 322.24 mg; Żelazo: 12.10 mg; Witamina A: 1777.19 mg; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 105.03 mg; Witamina E: 11.59 mg; Sód: 1922.85 mg; Wapń: 916.96 mg;

wtorek 2026-11-24	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwo przysw. węglowodanów KCO**	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, jabłko deserowe 1szt. 153g, kurczak gotowany premium 30g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (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]: 2067.22 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 66.89 g; Węglowodany ogółem: 260.81 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.86 g; suma cukrów prostych: 61.01 g; Błonnik pokarmowy: 29.92 g; Magnez: 367.53 mg; Żelazo: 13.33 mg; Witamina A: 1789.41 mg; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 231.85 mg; Witamina E: 10.98 mg; Sód: 2086.41 mg; Wapń: 1158.88 mg;

wtorek 2026-11-24	**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), serek tartare 2 szt. (40g), jabłko deserowe 1szt. 153g, papryka świeża 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), dżem 25g - 1 szt.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (1,2,3,13)^, ziemniaki gotowane 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		**Posiłek nocny:** jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.35 kcal; Białko ogółem: 97.46 g; Tłuszcz: 83.91 g; Węglowodany ogółem: 332.81 g; Witamina B12: 3.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.41 g; suma cukrów prostych: 116.49 g; Błonnik pokarmowy: 32.92 g; Magnez: 387.21 mg; Żelazo: 12.66 mg; Witamina A: 2244.01 mg; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 314.25 mg; Witamina E: 16.94 mg; Sód: 2598.35 mg; Wapń: 1283.51 mg;

wtorek 2026-11-24	**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), serek tartare 2 szt. (40g), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, dżem 25g - 1 szt.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (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,

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.92 kcal; Białko ogółem: 89.08 g; Tłuszcz: 83.83 g; Węglowodany ogółem: 299.17 g; Witamina B12: 3.70 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.43 g; suma cukrów prostych: 109.37 g; Błonnik pokarmowy: 20.86 g; Magnez: 331.04 mg; Żelazo: 12.30 mg; Witamina A: 1869.99 mg; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 105.03 mg; Witamina E: 11.79 mg; Sód: 2309.25 mg; Wapń: 1071.36 mg;

wtorek 2026-11-24	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), twaróg krajanka 50g(2), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), szpinak 10g, dżem 25g - 1 szt.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki gotowane 200g*, Kompot b/c 300ml*, buraczki gotowane 150g(1,2),	Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twarożek 50g(2)^, roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1987.32 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 47.89 g; Węglowodany ogółem: 291.41 g; Witamina B12: 3.56 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.52 g; suma cukrów prostych: 108.70 g; Błonnik pokarmowy: 19.91 g; Magnez: 319.14 mg; Żelazo: 11.12 mg; Witamina A: 1090.79 mg; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 95.46 mg; Witamina E: 7.03 mg; Sód: 1545.95 mg; Wapń: 928.36 mg;

wtorek 2026-11-24	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 tartare 2 szt. (40g), kurczak gotowany premium 50g , jabłko deserowe 1szt. 153g, papryka świeża 90g , szpinak 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), dżem 25g - 1 szt.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (1,2,3,13)^, ziemniaki gotowane 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), Ser żółty 40g (2), Rzodkiewka 90g , herbata 1 torebka, roszponka 10g,
		Posiłek nocny: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.35 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 84.72 g; Węglowodany ogółem: 317.21 g; Witamina B12: 3.94 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.11 g; suma cukrów prostych: 116.74 g; Błonnik pokarmowy: 32.32 g; Magnez: 387.21 mg; Żelazo: 12.66 mg; Witamina A: 2244.01 mg; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 314.25 mg; Witamina E: 16.94 mg; Sód: 2959.35 mg; Wapń: 1283.51 mg;

wtorek 2026-11-24	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), serek homo waniliowy 150g (1), sok owocowy 100% 200ml. 1szt., szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), dżem 25g - 1 szt.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (1,2,3,13)^, ziemniaki gotowane 200g*, sałatka z kapust czerwonej150g(3,11,13), 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]: 2189.55 kcal; Białko ogółem: 102.92 g; Tłuszcz: 70.94 g; Węglowodany ogółem: 293.69 g; Witamina B12: 3.29 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.56 g; suma cukrów prostych: 119.67 g; Błonnik pokarmowy: 20.33 g; Magnez: 280.72 mg; Żelazo: 9.20 mg; Witamina A: 1502.09 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 195.43 mg; Witamina E: 14.13 mg; Sód: 2044.59 mg; Wapń: 918.89 mg;

wtorek 2026-11-24	Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.łatwoprzys.węglowod.Oddz.Geriatria KCO	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, jabłko deserowe 1szt. 153g, kurczak gotowany premium 30g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , szpinak 10g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (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]: 2067.22 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 66.89 g; Węglowodany ogółem: 260.81 g; Witamina B12: 3.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.86 g; suma cukrów prostych: 61.01 g; Błonnik pokarmowy: 29.92 g; Magnez: 367.53 mg; Żelazo: 13.33 mg; Witamina A: 1789.41 mg; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 231.85 mg; Witamina E: 10.98 mg; Sód: 2086.41 mg; Wapń: 1158.88 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-11-24	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 100g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*,	Grysikowa 200ml*(1,8,13), jarzynka gotowana 100g(13), Mięso mielone drobiowe 90g*, herbata bez cukru 250g,
	Podwieczorek: Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	**Posiłek nocny:** jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2025.08 kcal; Białko ogółem: 131.03 g; Tłuszcz: 104.87 g; Węglowodany ogółem: 138.18 g; Witamina B12: 5.53 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.86 g; suma cukrów prostych: 47.80 g; Błonnik pokarmowy: 14.99 g; Magnez: 328.45 mg; Żelazo: 11.06 mg; Witamina A: 2231.14 mg; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 102.09 mg; Witamina E: 8.82 mg; Sód: 1333.72 mg; Wapń: 782.04 mg;

wtorek 2026-11-24	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), dżem 25g - 1 szt.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, Rolada drobiowa duszona ze szpinakiem w sosie własnym 110g (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), roszponka 10g, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 90g, serek tartare 2 szt. (40g),
		Posiłek nocny: jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.92 kcal; Białko ogółem: 99.98 g; Tłuszcz: 78.53 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; Witamina B12: 3.88 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.31 g; suma cukrów prostych: 126.53 g; Błonnik pokarmowy: 20.96 g; Magnez: 330.24 mg; Żelazo: 12.30 mg; Witamina A: 1809.19 mg; Witamina B6: 2.40 mg; Witamina C: 105.73 mg; Witamina E: 11.66 mg; Sód: 1958.85 mg; Wapń: 995.96 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
środa 2026-11-25	**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), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 200g, Sos grecki 150g (1,2,13)*, Kompot b/c 300ml*, bukiet warzyw królewski 150g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2522.86 kcal; Białko ogółem: 112.23 g; Tłuszcz: 69.38 g; Węglowodany ogółem: 364.00 g; Witamina B12: 7.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.42 g; suma cukrów prostych: 108.39 g; Błonnik pokarmowy: 42.58 g; Magnez: 548.08 mg; Żelazo: 17.39 mg; Witamina A: 3269.17 mg; Witamina B6: 3.56 mg; Witamina C: 255.21 mg; Witamina E: 13.04 mg; Sód: 2341.65 mg; Wapń: 1023.72 mg;

środa 2026-11-25	**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO**	
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ryż biały gotowany 200g*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, Kompot b/c 300ml*, bukiet warzyw królewski 150g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.96 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 74.25 g; Węglowodany ogółem: 332.40 g; Witamina B12: 7.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.65 g; suma cukrów prostych: 106.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g; Magnez: 354.28 mg; Żelazo: 11.74 mg; Witamina A: 2930.27 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 143.91 mg; Witamina E: 11.83 mg; Sód: 1943.70 mg; Wapń: 905.43 mg;

środa 2026-11-25	**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), Banan 1 szt 200g, schab na kartki 40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, ryż brązowy gotowany 200g, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot b/c 300ml*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, bukiet warzyw królewski 150g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, szpinak 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.61 kcal; Białko ogółem: 113.70 g; Tłuszcz: 68.47 g; Węglowodany ogółem: 334.21 g; Witamina B12: 6.15 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.71 g; suma cukrów prostych: 91.74 g; Błonnik pokarmowy: 42.30 g; Magnez: 567.78 mg; Żelazo: 16.07 mg; Witamina A: 3046.97 mg; Witamina B6: 3.50 mg; Witamina C: 253.21 mg; Witamina E: 12.76 mg; Sód: 2476.15 mg; Wapń: 1041.52 mg;

środa 2026-11-25	**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), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	ryż brązowy gotowany 200g, barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot b/c 300ml*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, bukiet warzyw królewski 150g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, 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]: 2582.86 kcal; Białko ogółem: 116.53 g; Tłuszcz: 71.38 g; Węglowodany ogółem: 370.20 g; Witamina B12: 8.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.61 g; suma cukrów prostych: 112.59 g; Błonnik pokarmowy: 42.58 g; Magnez: 565.08 mg; Żelazo: 17.49 mg; Witamina A: 3285.17 mg; Witamina B6: 3.62 mg; Witamina C: 256.21 mg; Witamina E: 13.07 mg; Sód: 2404.65 mg; Wapń: 1193.72 mg;

środa 2026-11-25	**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)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*, bukiet warzyw królewski 150g, Ryż biały gotowany 200g*, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, szpinak 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.96 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 74.25 g; Węglowodany ogółem: 332.40 g; Witamina B12: 7.51 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.65 g; suma cukrów prostych: 106.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g; Magnez: 354.28 mg; Żelazo: 11.74 mg; Witamina A: 2930.27 mg; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 143.91 mg; Witamina E: 11.83 mg; Sód: 1943.70 mg; Wapń: 905.43 mg;

środa 2026-11-25	**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*, Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*, Ryż biały gotowany 200g*, bukiet warzyw królewski 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]: 2237.16 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 56.55 g; Węglowodany ogółem: 333.48 g; Witamina B12: 6.36 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.32 g; suma cukrów prostych: 107.82 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g; Magnez: 346.68 mg; Żelazo: 9.63 mg; Witamina A: 2579.37 mg; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 143.91 mg; Witamina E: 10.85 mg; Sód: 1822.30 mg; Wapń: 904.83 mg;

środa 2026-11-25	**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), Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), ser capresi 40g (2), Banan 1 szt 200g, papryka świeża 90g , roszponka 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 200g, Sos grecki 150g (1,2,13)*, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, szpinak 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy z jogurtem i owocami 1szt. Łowicz (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2632.86 kcal; Białko ogółem: 116.63 g; Tłuszcz: 78.58 g; Węglowodany ogółem: 365.48 g; Witamina B12: 7.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.82 g; suma cukrów prostych: 108.43 g; Błonnik pokarmowy: 42.58 g; Magnez: 556.88 mg; Żelazo: 17.59 mg; Witamina A: 3361.97 mg; Witamina B6: 3.62 mg; Witamina C: 255.21 mg; Witamina E: 13.24 mg; Sód: 2728.05 mg; Wapń: 1178.12 mg;

środa 2026-11-25	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO**	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 40g, Banan 1 szt 200g, ser capresi 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , roszponka 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 200g, Sos grecki 150g (1,2,13)*, bukiet warzyw królewski 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]: 2453.61 kcal; Białko ogółem: 112.34 g; Tłuszcz: 83.60 g; Węglowodany ogółem: 324.36 g; Witamina B12: 6.50 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.72 g; suma cukrów prostych: 98.12 g; Błonnik pokarmowy: 34.81 g; Magnez: 482.58 mg; Żelazo: 14.03 mg; Witamina A: 2830.07 mg; Witamina B6: 2.96 mg; Witamina C: 144.31 mg; Witamina E: 11.57 mg; Sód: 2411.65 mg; Wapń: 1324.42 mg;

środa 2026-11-25	**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), Banan 1 szt 200g, schab na kartki 40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), papryka świeża 90g , roszponka 10g,	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^, Filet z miruny parowany 100g (4,13), ryż brązowy gotowany 200g, Sos grecki 150g (1,2,13)*, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300ml*,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Ser żółty 50g(2), szpinak 10g, herbata 1 torebka, Pomidorki koktajlowe 90g ,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),		**Posiłek nocny:** jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.11 kcal; Białko ogółem: 116.20 g; Tłuszcz: 79.92 g; Węglowodany ogółem: 333.71 g; Witamina B12: 7.00 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.96 g; suma cukrów prostych: 91.79 g; Błonnik pokarmowy: 42.30 g; Magnez: 583.28 mg; Żelazo: 16.42 mg; Witamina A: 3184.97 mg; Witamina B6: 3.51 mg; Witamina C: 253.21 mg; Witamina E: 12.95 mg; Sód: 2761.15 mg; Wapń: 1445.02 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-11-25	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 2026-11-25	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3), Banan 1 szt 200g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), ser capresi 40g (2), roszponka 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	Ryż biały gotowany 200g*, Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos grecki 150g (1,2,13)*, bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, 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]: 2564.46 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 85.40 g; Węglowodany ogółem: 335.53 g; Witamina B12: 7.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.05 g; suma cukrów prostych: 106.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g; Magnez: 363.08 mg; Żelazo: 11.94 mg; Witamina A: 3023.07 mg; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 143.91 mg; Witamina E: 12.03 mg; Sód: 2330.10 mg; Wapń: 1059.83 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
czwartek 2026-11-26	**Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), kiwi 1szt. 80g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), kasza pęczak 200g.(1), surówka porowa 150g (3,11,13), 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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.65 kcal; Białko ogółem: 110.07 g; Tłuszcz: 100.65 g; Węglowodany ogółem: 317.55 g; Witamina B12: 4.40 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.82 g; suma cukrów prostych: 60.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.58 g; Magnez: 435.47 mg; Żelazo: 12.61 mg; Witamina A: 1121.14 mg; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 206.95 mg; Witamina E: 14.08 mg; Sód: 6872.14 mg; Wapń: 1186.57 mg;

czwartek 2026-11-26	**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (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,	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), kasza kuskus 200g (1), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.81 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 104.85 g; Węglowodany ogółem: 276.84 g; Witamina B12: 5.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.71 g; suma cukrów prostych: 65.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.83 g; Magnez: 305.05 mg; Żelazo: 10.89 mg; Witamina A: 3901.59 mg; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 87.29 mg; Witamina E: 11.30 mg; Sód: 5066.23 mg; Wapń: 1102.86 mg;

czwartek 2026-11-26	**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), kiwi 1szt. 80g, kiełbasa szynkowa dębowa 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), kasza pęczak 200g.(1), surówka porowa 150g (3,11,13), 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]: 2289.80 kcal; Białko ogółem: 109.28 g; Tłuszcz: 89.80 g; Węglowodany ogółem: 263.74 g; Witamina B12: 3.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.98 g; suma cukrów prostych: 55.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g; Magnez: 433.87 mg; Żelazo: 12.85 mg; Witamina A: 941.69 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 179.85 mg; Witamina E: 12.30 mg; Sód: 6519.34 mg; Wapń: 992.07 mg;

czwartek 2026-11-26	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), kiwi 1szt. 80g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, Sos myśliwski 100g (1), bitka schabowa duszona 100g , kasza pęczak 200g.(1), surówka porowa 150g (3,11,13), 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,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		**Posiłek nocny:** Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2668.65 kcal; Białko ogółem: 114.37 g; Tłuszcz: 102.65 g; Węglowodany ogółem: 323.75 g; Witamina B12: 4.90 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.01 g; suma cukrów prostych: 64.50 g; Błonnik pokarmowy: 30.58 g; Magnez: 452.47 mg; Żelazo: 12.71 mg; Witamina A: 1137.14 mg; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 207.95 mg; Witamina E: 14.11 mg; Sód: 6935.14 mg; Wapń: 1356.57 mg;

czwartek 2026-11-26	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (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,	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), kasza kuskus 200g (1), Kompot b/c 300ml*,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, parówka z fileta indyka 1szt. , roszponka 10g, pomidor malinowy 90g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Kefir 150g(2) 1szt.,

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.81 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 104.85 g; Węglowodany ogółem: 276.84 g; Witamina B12: 5.25 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.71 g; suma cukrów prostych: 65.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.83 g; Magnez: 305.05 mg; Żelazo: 10.89 mg; Witamina A: 3901.59 mg; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 87.29 mg; Witamina E: 11.30 mg; Sód: 5066.23 mg; Wapń: 1102.86 mg;

czwartek 2026-11-26	Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (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,	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, Marchew gotowana 150g*(1,2), kasza kuskus 200g (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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2046.91 kcal; Białko ogółem: 118.10 g; Tłuszcz: 55.52 g; Węglowodany ogółem: 267.53 g; Witamina B12: 4.57 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.11 g; suma cukrów prostych: 66.84 g; Błonnik pokarmowy: 22.15 g; Magnez: 287.35 mg; Żelazo: 9.06 mg; Witamina A: 3721.99 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 87.15 mg; Witamina E: 7.97 mg; Sód: 1484.03 mg; Wapń: 966.87 mg;

czwartek 2026-11-26	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka grahamka 50g(1), chleb pszenno-żytni 60g (1), ser capresi 40g (2), kiwi 1szt. 80g, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, Ser żółty 40g (2), kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), kasza pęczak 200g.(1), surówka porowa 150g (3,11,13), 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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2742.25 kcal; Białko ogółem: 120.07 g; Tłuszcz: 111.05 g; Węglowodany ogółem: 317.59 g; Witamina B12: 5.08 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.02 g; suma cukrów prostych: 60.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.58 g; Magnez: 447.87 mg; Żelazo: 12.89 mg; Witamina A: 1231.54 mg; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 206.95 mg; Witamina E: 14.23 mg; Sód: 7100.14 mg; Wapń: 1509.37 mg;

czwartek 2026-11-26	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Twarożek ze szczypiorkiem - 60g(2), mus warzywno-owocowy 100g, Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2),	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa duszona 100g , Sos myśliwski 100g (1), kasza pęczak 200g.(1), surówka porowa 150g (3,11,13), 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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2263.20 kcal; Białko ogółem: 103.70 g; Tłuszcz: 95.17 g; Węglowodany ogółem: 250.55 g; Witamina B12: 3.78 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 58.25 g; Błonnik pokarmowy: 23.05 g; Magnez: 279.52 mg; Żelazo: 9.49 mg; Witamina A: 1138.99 mg; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 196.00 mg; Witamina E: 14.80 mg; Sód: 5341.29 mg; Wapń: 859.66 mg;

czwartek 2026-11-26	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), kiwi 1szt. 80g, kiełbasa szynkowa dębowa 50g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300ml(1,2), Pomidorki koktajlowe 90g , rukola 10g,	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), kasza pęczak 200g.(1), surówka porowa 150g (3,11,13), 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]: 2289.80 kcal; Białko ogółem: 109.28 g; Tłuszcz: 89.80 g; Węglowodany ogółem: 263.74 g; Witamina B12: 3.81 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.98 g; suma cukrów prostych: 55.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g; Magnez: 433.87 mg; Żelazo: 12.85 mg; Witamina A: 941.69 mg; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 179.85 mg; Witamina E: 12.30 mg; Sód: 6519.34 mg; Wapń: 992.07 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-11-26	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
herbata bez cukru 250g, 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 250g, Ryżowa 350ml(8,13), brokuły z wody 100g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
	Podwieczorek: ryżowa 400ml (13)^, Mięso mielone drobiowe 90g*,	**Posiłek nocny:** Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2068.61 kcal; Białko ogółem: 123.84 g; Tłuszcz: 104.60 g; Węglowodany ogółem: 153.08 g; Witamina B12: 5.56 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.12 g; suma cukrów prostych: 53.98 g; Błonnik pokarmowy: 11.14 g; Magnez: 257.07 mg; Żelazo: 7.80 mg; Witamina A: 3520.00 mg; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 71.36 mg; Witamina E: 7.88 mg; Sód: 1670.58 mg; Wapń: 843.50 mg;

czwartek 2026-11-26	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (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,	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^, bitka schabowa100g w sosie wł. 100ml (1,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), kasza kuskus 200g (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: Kefir 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2700.21 kcal; Białko ogółem: 118.83 g; Tłuszcz: 123.74 g; Węglowodany ogółem: 277.00 g; Witamina B12: 5.69 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.63 g; suma cukrów prostych: 68.91 g; Błonnik pokarmowy: 22.89 g; Magnez: 316.05 mg; Żelazo: 12.00 mg; Witamina A: 4171.99 mg; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 87.29 mg; Witamina E: 12.55 mg; Sód: 5844.03 mg; Wapń: 1011.36 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-27	**Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO**	
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, 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), surówka z kap.kiszonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, ziemniaki gotowane 200g ,	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]: 2797.68 kcal; Białko ogółem: 118.62 g; Tłuszcz: 90.48 g; Węglowodany ogółem: 377.70 g; Witamina B12: 6.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 142.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g; Magnez: 406.85 mg; Żelazo: 13.84 mg; Witamina A: 1512.07 mg; Witamina B6: 3.03 mg; Witamina C: 114.01 mg; Witamina E: 13.15 mg; Sód: 2586.83 mg; Wapń: 974.26 mg;

piątek 2026-11-27	**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO**	
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Twarożek z zieloną pietruszką - 60(2), Banan 1 szt 200g, 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 gotowane 200g , Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13),	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]: 2633.29 kcal; Białko ogółem: 118.53 g; Tłuszcz: 77.18 g; Węglowodany ogółem: 374.88 g; Witamina B12: 6.46 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.68 g; suma cukrów prostych: 154.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g; Magnez: 366.79 mg; Żelazo: 11.82 mg; Witamina A: 1404.41 mg; Witamina B6: 3.11 mg; Witamina C: 98.67 mg; Witamina E: 10.01 mg; Sód: 2038.23 mg; Wapń: 1075.26 mg;

piątek 2026-11-27	**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), kiwi 1szt. 80g, 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), surówka z kap.kiszonej 150g(3,11,13), sos szpinakowy 100ml (1,2), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g,	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]: 2074.74 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 63.12 g; Węglowodany ogółem: 251.84 g; Witamina B12: 5.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.84 g; suma cukrów prostych: 66.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g; Magnez: 372.23 mg; Żelazo: 13.25 mg; Witamina A: 1602.75 mg; Witamina B6: 2.50 mg; Witamina C: 144.25 mg; Witamina E: 7.94 mg; Sód: 2629.97 mg; Wapń: 928.42 mg;

piątek 2026-11-27	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO**	
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), twaróg krajanka 50g(2), Banan 1 szt 200g, 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), surówka z kap.kiszonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, ziemniaki gotowane 200g ,	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]: 2873.13 kcal; Białko ogółem: 121.35 g; Tłuszcz: 91.84 g; Węglowodany ogółem: 385.88 g; Witamina B12: 6.38 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.54 g; suma cukrów prostych: 150.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g; Magnez: 417.76 mg; Żelazo: 14.30 mg; Witamina A: 1663.88 mg; Witamina B6: 3.13 mg; Witamina C: 124.92 mg; Witamina E: 13.59 mg; Sód: 2870.47 mg; Wapń: 988.81 mg;

piątek 2026-11-27	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO**	
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Twarożek z zieloną pietruszką - 60(2), Banan 1 szt 200g, 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), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), sos szpinakowy 100ml (1,2), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g,	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),

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2633.29 kcal; Białko ogółem: 118.53 g; Tłuszcz: 77.18 g; Węglowodany ogółem: 374.88 g; Witamina B12: 6.46 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.68 g; suma cukrów prostych: 154.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g; Magnez: 366.79 mg; Żelazo: 11.82 mg; Witamina A: 1404.41 mg; Witamina B6: 3.11 mg; Witamina C: 98.67 mg; Witamina E: 10.01 mg; Sód: 2038.23 mg; Wapń: 1075.26 mg;

piątek 2026-11-27	Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO	
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), Masło 10g(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Twarożek z zieloną pietruszką - 60(2), Banan 1 szt 200g, 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), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), ziemniaki gotowane 200g , Kompot b/c 300g,	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]: 2419.06 kcal; Białko ogółem: 120.54 g; Tłuszcz: 57.39 g; Węglowodany ogółem: 369.19 g; Witamina B12: 4.86 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.55 g; suma cukrów prostych: 154.62 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; Magnez: 349.92 mg; Żelazo: 9.33 mg; Witamina A: 970.05 mg; Witamina B6: 2.99 mg; Witamina C: 95.26 mg; Witamina E: 7.76 mg; Sód: 1891.51 mg; Wapń: 1019.33 mg;

piątek 2026-11-27	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO	
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb razowy 60g(1), Serek fromage 80g (2), Banan 1 szt 200g, 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), surówka z kap.kiszonej 150g(3,11,13), ziemniaki gotowane 200g , 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]: 3120.68 kcal; Białko ogółem: 118.72 g; Tłuszcz: 125.43 g; Węglowodany ogółem: 379.95 g; Witamina B12: 6.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.88 g; suma cukrów prostych: 142.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.05 g; Magnez: 411.35 mg; Żelazo: 13.94 mg; Witamina A: 1853.57 mg; Witamina B6: 3.05 mg; Witamina C: 114.81 mg; Witamina E: 14.23 mg; Sód: 2945.33 mg; Wapń: 980.26 mg;

piątek 2026-11-27	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO	
jogurt naturalny 100g (2) 1szt, masło 15g*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), bułka wrocławska 50g (1), Serek fromage 80g. 1 szt. (2), kakao b/cukru 300ml (1,2), Banan 1 szt 200g, 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), bukiet warzyw królewski 150g, Kompot b/c 300g, ziemniaki gotowane 200g ,	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]: 2680.74 kcal; Białko ogółem: 116.54 g; Tłuszcz: 96.60 g; Węglowodany ogółem: 339.96 g; Witamina B12: 5.97 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.31 g; suma cukrów prostych: 135.97 g; Błonnik pokarmowy: 21.55 g; Magnez: 345.08 mg; Żelazo: 12.38 mg; Witamina A: 2163.11 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 143.99 mg; Witamina E: 17.50 mg; Sód: 1915.93 mg; Wapń: 760.19 mg;

piątek 2026-11-27	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), kiwi 1szt. 80g, 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), surówka z kap.kiszonej 150g(3,11,13), Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2), ziemniaki gotowane 200g ,	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]: 2074.74 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 63.12 g; Węglowodany ogółem: 251.84 g; Witamina B12: 5.85 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.84 g; suma cukrów prostych: 66.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g; Magnez: 372.23 mg; Żelazo: 13.25 mg; Witamina A: 1602.75 mg; Witamina B6: 2.50 mg; Witamina C: 144.25 mg; Witamina E: 7.94 mg; Sód: 2629.97 mg; Wapń: 928.42 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-11-27	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
kakao bez cukru 250ml (2), Płatki jęczmienne na mleku 350g (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, sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Masło 10g(2),	herbata bez cukru 250g, 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]: 2191.90 kcal; Białko ogółem: 126.41 g; Tłuszcz: 85.24 g; Węglowodany ogółem: 240.97 g; Witamina B12: 4.61 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; suma cukrów prostych: 65.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g; Magnez: 387.32 mg; Żelazo: 9.99 mg; Witamina A: 1370.65 mg; Witamina B6: 4.11 mg; Witamina C: 177.23 mg; Witamina E: 6.46 mg; Sód: 885.22 mg; Wapń: 1072.89 mg;

piątek 2026-11-27	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 50g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), twarożek z zieloną pietruszką 100g(2), Banan 1 szt 200g, 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), sałatka z selera z jabłkiem 150g(13), Kompot b/c 300g, sos szpinakowy 100ml (1,2), ziemniaki gotowane 200g ,	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]: 2681.71 kcal; Białko ogółem: 135.03 g; Tłuszcz: 74.76 g; Węglowodany ogółem: 375.86 g; Witamina B12: 6.76 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.89 g; suma cukrów prostych: 155.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g; Magnez: 370.29 mg; Żelazo: 12.02 mg; Witamina A: 1405.77 mg; Witamina B6: 3.14 mg; Witamina C: 103.73 mg; Witamina E: 10.05 mg; Sód: 2045.06 mg; Wapń: 1099.06 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-28	**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),	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 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2619.14 kcal; Białko ogółem: 111.96 g; Tłuszcz: 74.93 g; Węglowodany ogółem: 375.57 g; Witamina B12: 3.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.48 g; suma cukrów prostych: 100.67 g; Błonnik pokarmowy: 34.75 g; Magnez: 369.44 mg; Żelazo: 12.88 mg; Witamina A: 3041.96 mg; Witamina B6: 2.40 mg; Witamina C: 208.65 mg; Witamina E: 12.80 mg; Sód: 2229.12 mg; Wapń: 1093.11 mg;

sobota 2026-11-28	**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)^, makaron gotowany z serem 300g (1,2,3)^, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.27 kcal; Białko ogółem: 100.47 g; Tłuszcz: 70.60 g; Węglowodany ogółem: 313.87 g; Witamina B12: 4.00 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.86 g; suma cukrów prostych: 78.47 g; Błonnik pokarmowy: 19.10 g; Magnez: 248.34 mg; Żelazo: 8.05 mg; Witamina A: 2888.90 mg; Witamina B6: 1.94 mg; Witamina C: 132.96 mg; Witamina E: 8.92 mg; Sód: 2063.35 mg; Wapń: 1089.66 mg;

sobota 2026-11-28	**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,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, makaron razowy gotowany z serem b/c 350g.(1,2), surówka z marchewki z jabłkiem 150g, 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]: 2452.39 kcal; Białko ogółem: 127.40 g; Tłuszcz: 67.59 g; Węglowodany ogółem: 333.13 g; Witamina B12: 3.95 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.81 g; suma cukrów prostych: 82.32 g; Błonnik pokarmowy: 34.71 g; Magnez: 385.62 mg; Żelazo: 13.15 mg; Witamina A: 2995.76 mg; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 204.65 mg; Witamina E: 11.75 mg; Sód: 2005.90 mg; Wapń: 997.54 mg;

sobota 2026-11-28	**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),	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 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(9),		**Posiłek nocny:** Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2697.14 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 75.57 g; Węglowodany ogółem: 391.77 g; Witamina B12: 3.77 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.48 g; suma cukrów prostych: 100.67 g; Błonnik pokarmowy: 35.35 g; Magnez: 369.44 mg; Żelazo: 12.88 mg; Witamina A: 3041.96 mg; Witamina B6: 2.40 mg; Witamina C: 208.65 mg; Witamina E: 12.80 mg; Sód: 2229.12 mg; Wapń: 1093.11 mg;

sobota 2026-11-28	**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)^, makaron gotowany z serem 300g (1,2,3)^, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), pomidor malinowy 100g, herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.27 kcal; Białko ogółem: 100.47 g; Tłuszcz: 70.60 g; Węglowodany ogółem: 313.87 g; Witamina B12: 4.00 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.86 g; suma cukrów prostych: 78.47 g; Błonnik pokarmowy: 19.10 g; Magnez: 248.34 mg; Żelazo: 8.05 mg; Witamina A: 2888.90 mg; Witamina B6: 1.94 mg; Witamina C: 132.96 mg; Witamina E: 8.92 mg; Sód: 2063.35 mg; Wapń: 1089.66 mg;

sobota 2026-11-28	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)^, makaron gotowany z serem 300g (1,2,3)^, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	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]: 2149.47 kcal; Białko ogółem: 105.90 g; Tłuszcz: 53.40 g; Węglowodany ogółem: 314.07 g; Witamina B12: 4.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.12 g; suma cukrów prostych: 79.92 g; Błonnik pokarmowy: 19.10 g; Magnez: 243.94 mg; Żelazo: 7.94 mg; Witamina A: 2717.20 mg; Witamina B6: 1.92 mg; Witamina C: 132.96 mg; Witamina E: 8.47 mg; Sód: 1696.55 mg; Wapń: 981.66 mg;

sobota 2026-11-28	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),	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 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, papryka św.100g , herbata 1 torebka,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2668.14 kcal; Białko ogółem: 121.86 g; Tłuszcz: 75.18 g; Węglowodany ogółem: 377.32 g; Witamina B12: 4.22 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.62 g; suma cukrów prostych: 102.22 g; Błonnik pokarmowy: 34.75 g; Magnez: 373.94 mg; Żelazo: 12.98 mg; Witamina A: 3044.46 mg; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 208.65 mg; Witamina E: 12.80 mg; Sód: 2249.62 mg; Wapń: 1141.11 mg;

sobota 2026-11-28	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),	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 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), schab na kartki 50g*, herbata 1 torebka, pomidor malinowy 100g,
		Posiłek nocny: Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2390.12 kcal; Białko ogółem: 105.90 g; Tłuszcz: 80.66 g; Węglowodany ogółem: 314.44 g; Witamina B12: 3.01 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.17 g; suma cukrów prostych: 74.66 g; Błonnik pokarmowy: 23.56 g; Magnez: 289.94 mg; Żelazo: 11.31 mg; Witamina A: 2630.20 mg; Witamina B6: 1.76 mg; Witamina C: 76.35 mg; Witamina E: 10.77 mg; Sód: 1864.86 mg; Wapń: 916.67 mg;

sobota 2026-11-28	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,	fasolowa z ziemniakami 400ml (1,8,13)^, makaron gotowany z serem 300g (1,2,3)^, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, 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]: 2369.19 kcal; Białko ogółem: 115.12 g; Tłuszcz: 65.20 g; Węglowodany ogółem: 334.52 g; Witamina B12: 3.72 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.75 g; suma cukrów prostych: 78.19 g; Błonnik pokarmowy: 36.74 g; Magnez: 406.32 mg; Żelazo: 13.99 mg; Witamina A: 3009.56 mg; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 204.65 mg; Witamina E: 10.90 mg; Sód: 2001.35 mg; Wapń: 980.89 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-11-28	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
herbata bez cukru 250g, 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 250g,
	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 2026-11-28	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), serek tartare 2 szt. (40g), pomidorki koktajlowe 100g^,	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^, makaron gotowany z serem 300g (1,2,3)^, surówka z marchewki z jabłkiem 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, ser capresi 40g (2), kiełbasa 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]: 2431.87 kcal; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 80.14 g; Węglowodany ogółem: 315.45 g; Witamina B12: 4.60 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.97 g; suma cukrów prostych: 81.58 g; Błonnik pokarmowy: 19.10 g; Magnez: 263.34 mg; Żelazo: 8.70 mg; Witamina A: 3250.90 mg; Witamina B6: 2.11 mg; Witamina C: 132.96 mg; Witamina E: 10.16 mg; Sód: 2872.55 mg; Wapń: 1147.16 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-29	**Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO**	
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, 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*, fasolka szparagowa gotowana 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]: 2232.06 kcal; Białko ogółem: 105.59 g; Tłuszcz: 84.01 g; Węglowodany ogółem: 264.34 g; Witamina B12: 3.80 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.26 g; suma cukrów prostych: 57.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; Magnez: 427.43 mg; Żelazo: 12.40 mg; Witamina A: 1248.97 mg; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 122.59 mg; Witamina E: 8.77 mg; Sód: 3690.75 mg; Wapń: 1320.03 mg;

niedziela 2026-11-29	**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO**	
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), mus warzywno-owocowy 100g, pomidor malinowy 100g, dżem 25g - 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.25 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 81.16 g; Węglowodany ogółem: 295.04 g; Witamina B12: 3.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.49 g; suma cukrów prostych: 105.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.45 g; Magnez: 336.47 mg; Żelazo: 10.08 mg; Witamina A: 1870.10 mg; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 200.33 mg; Witamina E: 10.89 mg; Sód: 2198.04 mg; Wapń: 1092.38 mg;

niedziela 2026-11-29	**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*, fasolka szparagowa gotowana 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]: 2117.24 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 78.64 g; Węglowodany ogółem: 234.33 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.24 g; suma cukrów prostych: 58.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g; Magnez: 421.13 mg; Żelazo: 14.74 mg; Witamina A: 1530.90 mg; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 131.47 mg; Witamina E: 8.36 mg; Sód: 3739.32 mg; Wapń: 907.86 mg;

niedziela 2026-11-29	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO**	
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), jabłko deserowe 1szt. 153g, 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*, fasolka szparagowa gotowana 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]: 2282.06 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 86.01 g; Węglowodany ogółem: 269.04 g; Witamina B12: 4.30 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.45 g; suma cukrów prostych: 61.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; Magnez: 437.43 mg; Żelazo: 12.50 mg; Witamina A: 1264.97 mg; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 122.59 mg; Witamina E: 8.80 mg; Sód: 3728.75 mg; Wapń: 1423.03 mg;

niedziela 2026-11-29	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO**	
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g, dżem 25g - 1 szt.,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki gotowane 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.25 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 81.16 g; Węglowodany ogółem: 295.04 g; Witamina B12: 3.99 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.49 g; suma cukrów prostych: 105.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.45 g; Magnez: 336.47 mg; Żelazo: 10.08 mg; Witamina A: 1870.10 mg; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 200.33 mg; Witamina E: 10.89 mg; Sód: 2198.04 mg; Wapń: 1092.38 mg;

niedziela 2026-11-29	Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO	
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek tartare 2 szt. (40g), dżem 25g - 1 szt., mus warzywno-owocowy 100g, pomidor malinowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, filet z kurczaka gotowany 100g m, ziemniaki 200g*, brokuły z wody 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]: 2082.15 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz: 54.33 g; Węglowodany ogółem: 294.97 g; Witamina B12: 3.68 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.66 g; suma cukrów prostych: 105.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.45 g; Magnez: 332.97 mg; Żelazo: 9.19 mg; Witamina A: 1756.50 mg; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 200.33 mg; Witamina E: 10.27 mg; Sód: 1714.04 mg; Wapń: 1078.99 mg;

niedziela 2026-11-29	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO	
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb razowy 35g (1 kromka) (1), Ser żółty 40g (2), szynka dębowa 30g (1,2,8), 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*, fasolka szparagowa gotowana 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]: 2267.46 kcal; Białko ogółem: 111.38 g; Tłuszcz: 85.24 g; Węglowodany ogółem: 264.64 g; Witamina B12: 3.92 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.78 g; suma cukrów prostych: 57.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; Magnez: 431.63 mg; Żelazo: 12.67 mg; Witamina A: 1248.97 mg; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 122.59 mg; Witamina E: 8.84 mg; Sód: 3895.35 mg; Wapń: 1321.53 mg;

niedziela 2026-11-29	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO	
jogurt naturalny 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, Ser żółty 50g(2), szynka dębowa 30g (1,2,8), mus warzywno-owocowy 100g, rzodkiewka wiórki 90g , kakao b/cukru 300ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, udziec z kurczaka pieczony 150g (11,13,8), ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa gotowana 150g, Kompot b/c 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: Ciastko zbożowe 1szt.(50g) Frank&Oli,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.12 kcal; Białko ogółem: 107.81 g; Tłuszcz: 98.27 g; Węglowodany ogółem: 245.89 g; Witamina B12: 2.89 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.68 g; suma cukrów prostych: 55.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.33 g; Magnez: 278.69 mg; Żelazo: 9.99 mg; Witamina A: 1476.71 mg; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 148.66 mg; Witamina E: 9.62 mg; Sód: 3006.34 mg; Wapń: 1005.84 mg;

niedziela 2026-11-29	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 wiórki 90g ,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa gotowana 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]: 2112.20 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 78.59 g; Węglowodany ogółem: 233.09 g; Witamina B12: 4.62 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.23 g; suma cukrów prostych: 57.74 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g; Magnez: 419.17 mg; Żelazo: 14.51 mg; Witamina A: 1530.34 mg; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 125.70 mg; Witamina E: 8.36 mg; Sód: 3736.24 mg; Wapń: 899.74 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-11-29	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
herbata bez cukru 250g, 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 250g, 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 2026-11-29	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, serek homo waniliowy 150g (1), mus warzywno-owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), pomidor malinowy 100g,	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^, podudzie z kurczaka got. 2szt. 150g, ziemniaki 200g*, brokuły z wody 150g, Kompot b/c 300g,	masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, herbata 1 torebka, twarożek 50g(2)^, pomidorki koktajlowe 100g^,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2306.45 kcal; Białko ogółem: 128.18 g; Tłuszcz: 77.91 g; Węglowodany ogółem: 275.73 g; Witamina B12: 4.67 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.80 g; suma cukrów prostych: 83.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.75 g; Magnez: 335.97 mg; Żelazo: 9.88 mg; Witamina A: 1541.60 mg; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 189.63 mg; Witamina E: 9.77 mg; Sód: 1857.54 mg; Wapń: 1151.38 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Katowickie Centrum Onkologii		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
poniedziałek 2026-11-30	**Jadłospis dla diety: Podstawowa KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), 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]: 2535.59 kcal; Białko ogółem: 115.16 g; Tłuszcz: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 356.70 g; Witamina B12: 6.76 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.17 g; suma cukrów prostych: 77.88 g; Błonnik pokarmowy: 36.28 g; Magnez: 402.78 mg; Żelazo: 13.02 mg; Witamina A: 1255.17 mg; Witamina B6: 3.53 mg; Witamina C: 230.04 mg; Witamina E: 9.61 mg; Sód: 4012.67 mg; Wapń: 908.83 mg;

poniedziałek 2026-11-30	**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	krupnik 400ml (1,8,13)^, 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)^, kiełbaski 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]: 2283.85 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Tłuszcz: 81.91 g; Węglowodany ogółem: 284.87 g; Witamina B12: 6.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.55 g; suma cukrów prostych: 70.50 g; Błonnik pokarmowy: 19.05 g; Magnez: 272.60 mg; Żelazo: 8.73 mg; Witamina A: 1669.20 mg; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 141.37 mg; Witamina E: 10.45 mg; Sód: 3363.45 mg; Wapń: 811.90 mg;

poniedziałek 2026-11-30	**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), gruszka 1 szt.150g, schab na kartki 40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		**Posiłek nocny:** Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.29 kcal; Białko ogółem: 109.46 g; Tłuszcz: 80.31 g; Węglowodany ogółem: 298.47 g; Witamina B12: 6.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.65 g; suma cukrów prostych: 64.38 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; Magnez: 413.98 mg; Żelazo: 13.32 mg; Witamina A: 855.57 mg; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 102.74 mg; Witamina E: 7.80 mg; Sód: 4095.97 mg; Wapń: 908.23 mg;

poniedziałek 2026-11-30	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Położniczy KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), 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]: 2595.59 kcal; Białko ogółem: 119.46 g; Tłuszcz: 74.88 g; Węglowodany ogółem: 362.90 g; Witamina B12: 7.26 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.36 g; suma cukrów prostych: 82.08 g; Błonnik pokarmowy: 36.28 g; Magnez: 419.78 mg; Żelazo: 13.12 mg; Witamina A: 1271.17 mg; Witamina B6: 3.59 mg; Witamina C: 231.04 mg; Witamina E: 9.64 mg; Sód: 4075.67 mg; Wapń: 1078.83 mg;

poniedziałek 2026-11-30	**Jadłospis dla diety: Dieta z ogr.subst.pobudz. wydz.soku żołąd.KCO**	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	krupnik 400ml (1,8,13)^, 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)^, kiełbaski 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),

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2283.85 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Tłuszcz: 81.91 g; Węglowodany ogółem: 284.87 g; Witamina B12: 6.31 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.55 g; suma cukrów prostych: 70.50 g; Błonnik pokarmowy: 19.05 g; Magnez: 272.60 mg; Żelazo: 8.73 mg; Witamina A: 1669.20 mg; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 141.37 mg; Witamina E: 10.45 mg; Sód: 3363.45 mg; Wapń: 811.90 mg;

poniedziałek 2026-11-30	Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), Masło 10g(2), bułka wrocławska 100g (1)^, twaróg krajanka 50g(2), jabłko gotowane 1 szt., kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	krupnik 400ml (1,8,13)^, filet z dorsza parowany 100g (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]: 2000.71 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 51.97 g; Węglowodany ogółem: 284.69 g; Witamina B12: 4.07 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.67 g; suma cukrów prostych: 71.67 g; Błonnik pokarmowy: 18.63 g; Magnez: 270.40 mg; Żelazo: 8.06 mg; Witamina A: 1561.55 mg; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 132.58 mg; Witamina E: 8.86 mg; Sód: 1924.87 mg; Wapń: 833.64 mg;

poniedziałek 2026-11-30	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz. Chorób Płuc KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (2), masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 60g (1), bułka z ziarnami 70g (1), schab na kartki 50g*, twaróg krajanka 50g(2), gruszka 1 szt.150g, rukola 10g, papryka świeża 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb pszenno-żytni 80g (1), chleb graham 30g (1), masło 15g*(2), kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), ketchup 1 szt. 20g (1,13), 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]: 2592.09 kcal; Białko ogółem: 125.16 g; Tłuszcz: 74.43 g; Węglowodany ogółem: 357.25 g; Witamina B12: 6.76 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.92 g; suma cukrów prostych: 77.88 g; Błonnik pokarmowy: 36.28 g; Magnez: 402.78 mg; Żelazo: 13.02 mg; Witamina A: 1255.17 mg; Witamina B6: 3.53 mg; Witamina C: 230.04 mg; Witamina E: 9.61 mg; Sód: 4012.67 mg; Wapń: 908.83 mg;

poniedziałek 2026-11-30	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddz.Geriatria KCO	
Kefir 150g(2) 1szt., masło 15g*(2), bułka wrocławska 100g (1)^, schab na kartki 50g*, gruszka 1 szt.150g, ser capresi 40g (2), rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g , kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	bułka wrocławska 100g (1)^, masło 15g*(2), kiełbaski 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]: 2272.59 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 83.99 g; Węglowodany ogółem: 277.13 g; Witamina B12: 6.05 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.05 g; suma cukrów prostych: 62.81 g; Błonnik pokarmowy: 24.27 g; Magnez: 284.38 mg; Żelazo: 10.15 mg; Witamina A: 947.57 mg; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 118.14 mg; Witamina E: 8.15 mg; Sód: 3617.07 mg; Wapń: 726.83 mg;

poniedziałek 2026-11-30	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), gruszka 1 szt.150g, schab na kartki 40g, kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 300g(1,2),	krupnik 400ml (1,8,13)^, Łosoś pieczony 100g z cytryną 20g (4,13), ziemniaki gotowane 200g , puree z zielonego groszku 150g (2), Kompot b/c 300g,	chleb graham 100g(1), masło 15g*(2), Pomidor 50g, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), herbata 1 torebka,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,		**Posiłek nocny:** Mus owsianka z jogurtem i owocami 100g (1,2) Lubella ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.29 kcal; Białko ogółem: 109.46 g; Tłuszcz: 80.31 g; Węglowodany ogółem: 298.47 g; Witamina B12: 6.55 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.65 g; suma cukrów prostych: 64.38 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; Magnez: 413.98 mg; Żelazo: 13.32 mg; Witamina A: 855.57 mg; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 102.74 mg; Witamina E: 7.80 mg; Sód: 4095.97 mg; Wapń: 908.23 mg;

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-11-30	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (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 mrożone 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 250g,
	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 2026-11-30	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna bogatobiałkowa KCO	
Kasza kukurydziana na mleku 350g (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), schab na kartki 50g*, rukola 10g, Pomidorki koktajlowe 90g ,	krupnik 400ml (1,8,13)^, 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), herbata 1 torebka, kiełbaski drobiowe 60g 2szt (1,11), kiełbaski 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]: 2484.65 kcal; Białko ogółem: 120.29 g; Tłuszcz: 94.22 g; Węglowodany ogółem: 286.86 g; Witamina B12: 7.07 mg; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.23 g; suma cukrów prostych: 72.05 g; Błonnik pokarmowy: 19.11 g; Magnez: 284.90 mg; Żelazo: 9.61 mg; Witamina A: 1672.90 mg; Witamina B6: 3.13 mg; Witamina C: 141.37 mg; Witamina E: 10.72 mg; Sód: 3787.15 mg; Wapń: 868.90 mg;

Dietetyk

.....

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.