Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-01	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Kakao 300ml (***MLEKO***), Chleb razowy 50g , Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa 40g , Hummus 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ogórek kiszony 50g , Sałata 10g , Pomarańcza 150g , Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Rosół z makaronem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Kapusta czerwona gotowana, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy z koperkiem 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Polędwica premium 40g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2221.64 kcal; Energia: 9304.90 kJ; Białko ogółem: 96.99 g; białko zwierzęce: 59.22 g; białko roślinne: 34.32 g; Tłuszcz: 69.46 g; Węglowodany ogółem: 326.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.10 g; Sód: 2347.81 mg; Potas: 4207.21 mg; Wapń: 922.85 mg; Fosfor: 1367.20 mg; Błonnik pokarmowy: 30.18 g; suma cukrów prostych: 68.20 g; Woda: 1361.78 g; Popiół: 18.34 g;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa 40g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Ser mozzarella 40g (***MLEKO***), Pomarańcza 150g , Sałata 10g , Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Rosół z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Brokuły parowane, skropione olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Serek kanapkowy z koperkiem 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Polędwica premium 40g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2123.63 kcal; Energia: 8902.32 kJ; Białko ogółem: 101.16 g; białko zwierzęce: 66.57 g; białko roślinne: 34.13 g; Tłuszcz: 65.96 g; Węglowodany ogółem: 310.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.23 g; Sód: 2681.05 mg; Potas: 4462.65 mg; Wapń: 1119.41 mg; Fosfor: 1627.23 mg; Błonnik pokarmowy: 32.32 g; suma cukrów prostych: 69.28 g; Woda: 1377.67 g; Popiół: 20.34 g;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Pomidor 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa 40g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Hummus 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Pomarańcza 150g , Sałata 10g , Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Rosół z makaronem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Kapusta czerwona gotowana, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy z koperkiem 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2319.64 kcal; Energia: 9711.97 kJ; Białko ogółem: 98.38 g; białko zwierzęce: 57.57 g; białko roślinne: 37.36 g; Tłuszcz: 69.13 g; Węglowodany ogółem: 341.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.67 g; Sód: 1268.11 mg; Potas: 4244.41 mg; Wapń: 838.25 mg; Fosfor: 1133.80 mg; Błonnik pokarmowy: 23.15 g; suma cukrów prostych: 64.46 g; Woda: 1416.46 g; Popiół: 14.99 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-01	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomidor bez skórki 50g , Szynka drobiowa 40g , Pasta z białek jaja z twarogiem i pietruszką 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Mus owocowy 120g 1szt , Sałata 10g , Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Rosół z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka gotowany 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Serek kanapkowy z koperkiem 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2029.53 kcal; Energia: 8498.57 kJ; Białko ogółem: 98.68 g; białko zwierzęce: 65.54 g; białko roślinne: 33.15 g; Tłuszcz: 49.04 g; Węglowodany ogółem: 318.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.09 g; Sód: 2435.16 mg; Potas: 3856.90 mg; Wapń: 782.74 mg; Fosfor: 1348.85 mg; Błonnik pokarmowy: 25.06 g; suma cukrów prostych: 84.18 g; Woda: 1284.31 g; Popiół: 16.84 g;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa 40g , Ser mozzarella 40g (***MLEKO***), Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomarańcza 150g , Sałata 10g , Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Rosół z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Brokuły parowane, skropione olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Budyn waniliowy bez cukru 250g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy z koperkiem 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Polędwica premium 40g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2369.38 kcal; Energia: 9934.34 kJ; Białko ogółem: 109.39 g; białko zwierzęce: 74.22 g; białko roślinne: 34.71 g; Tłuszcz: 70.60 g; Węglowodany ogółem: 353.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.94 g; Sód: 2787.57 mg; Potas: 4933.30 mg; Wapń: 1401.88 mg; Fosfor: 1843.26 mg; Błonnik pokarmowy: 33.03 g; suma cukrów prostych: 94.59 g; Woda: 1631.45 g; Popiół: 22.25 g;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą wzmocniona 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta mięsna z warzywami 70g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kakao 300ml (***MLEKO***), Cukinia duszona puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Rosół z makaronem zmiksowany 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony zmielony 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane puree 200g (***MLEKO***), Marchew duszona puree, z dodatkiem oleju 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Rosół z makaronem zmiksowany 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Serek kanapkowy z koperkiem 70g (***MLEKO, LAKTOZA***), Marchew duszona puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2166.59 kcal; Energia: 9075.89 kJ; Białko ogółem: 93.01 g; białko zwierzęce: 61.81 g; białko roślinne: 30.97 g; Tłuszcz: 74.98 g; Węglowodany ogółem: 305.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.32 g; Sód: 2215.97 mg; Potas: 4634.11 mg; Wapń: 1074.30 mg; Fosfor: 1604.46 mg; Błonnik pokarmowy: 28.08 g; suma cukrów prostych: 76.95 g; Woda: 1552.00 g; Popiół: 18.63 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Ogórek zielony 50g , Sałata 10g , Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 350g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Sos pomidorowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kasza pęczak 150g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z rzodkiewką 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2299.17 kcal; Energia: 8749.77 kJ; Białko ogółem: 95.88 g; białko zwierzęce: 56.25 g; białko roślinne: 35.78 g; Tłuszcz: 75.51 g; Węglowodany ogółem: 296.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.13 g; Sód: 2399.58 mg; Potas: 4133.67 mg; Wapń: 775.21 mg; Fosfor: 1661.26 mg; Błonnik pokarmowy: 30.18 g; suma cukrów prostych: 39.70 g; Woda: 1445.73 g; Popiół: 19.75 g;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sałata 10g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kasza jęczmienna gotowana 150g (***GLUTEN***), Cukinia duszona, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pomidorowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2374.10 kcal; Energia: 9063.34 kJ; Białko ogółem: 96.08 g; białko zwierzęce: 57.51 g; białko roślinne: 34.73 g; Tłuszcz: 72.44 g; Węglowodany ogółem: 323.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.18 g; Sód: 2466.91 mg; Potas: 3974.43 mg; Wapń: 715.98 mg; Fosfor: 1742.16 mg; Błonnik pokarmowy: 30.84 g; suma cukrów prostych: 39.39 g; Woda: 1234.33 g; Popiół: 17.59 g;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (***GLUTEN, JAJA, ŻYTO***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Ogórek zielony 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sałata 10g ,	zupa pieczarkowa z ziemniakami 350g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kasza pęczak 150g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pomidorowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z rzodkiewką 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2543.37 kcal; Energia: 9297.95 kJ; Białko ogółem: 105.64 g; białko zwierzęce: 55.15 g; białko roślinne: 42.48 g; Tłuszcz: 85.40 g; Węglowodany ogółem: 326.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.79 g; Sód: 2087.58 mg; Potas: 4172.67 mg; Wapń: 721.21 mg; Fosfor: 1616.26 mg; Błonnik pokarmowy: 31.95 g; suma cukrów prostych: 30.80 g; Woda: 1421.43 g; Popiół: 19.05 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sałata 10g ,	Rosół z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Sos pomidorowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki 250g , Cukinia duszona 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pasta twarogowa z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2017.50 kcal; Energia: 7558.62 kJ; Białko ogółem: 95.49 g; białko zwierzęce: 57.54 g; białko roślinne: 34.54 g; Tłuszcz: 51.64 g; Węglowodany ogółem: 273.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.95 g; Sód: 2695.01 mg; Potas: 5080.43 mg; Wapń: 631.28 mg; Fosfor: 1512.09 mg; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; suma cukrów prostych: 36.65 g; Woda: 1484.58 g; Popiół: 20.19 g;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sałata 10g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kasza jęczmienna gotowana 150g (***GLUTEN***), Cukinia duszona, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pomidorowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), Pasta twarogowa z koperkiem 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2607.28 kcal; Energia: 10039.63 kJ; Białko ogółem: 114.44 g; białko zwierzęce: 75.86 g; białko roślinne: 34.73 g; Tłuszcz: 88.19 g; Węglowodany ogółem: 327.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.55 g; Sód: 2603.50 mg; Potas: 4157.54 mg; Wapń: 869.12 mg; Fosfor: 1950.76 mg; Błonnik pokarmowy: 30.85 g; suma cukrów prostych: 42.69 g; Woda: 1344.60 g; Popiół: 18.83 g;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną zmiksowana 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta jajeczna 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Brokuły parowane puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***),	Rosół z ziemniakami zmiksowany 400ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy zmielony 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Sos pomidorowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki puree 250g , Cukinia duszona puree, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Rosół z ziemniakami zmiksowany 400ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Twarożek 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Cukinia duszona puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2100.39 kcal; Energia: 7916.19 kJ; Białko ogółem: 90.62 g; białko zwierzęce: 54.51 g; białko roślinne: 32.47 g; Tłuszcz: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 270.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.15 g; Sód: 2003.68 mg; Potas: 5788.68 mg; Wapń: 920.66 mg; Fosfor: 1666.37 mg; Błonnik pokarmowy: 26.37 g; suma cukrów prostych: 45.29 g; Woda: 1789.25 g; Popiół: 21.49 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-03	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasztet pieczony 50g (***GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA***), Serek włoski 40g (***MLEKO***), Papryka 50g , Sałata 10g , Kakao 300ml (***MLEKO***),	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Polędwica sopocka 40g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2320.41 kcal; Energia: 9729.05 kJ; Białko ogółem: 119.43 g; białko zwierzęce: 82.00 g; białko roślinne: 36.98 g; Tłuszcz: 86.65 g; Węglowodany ogółem: 290.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.47 g; Sód: 2820.90 mg; Potas: 4802.20 mg; Wapń: 989.30 mg; Fosfor: 1778.26 mg; Błonnik pokarmowy: 28.24 g; suma cukrów prostych: 46.25 g; Woda: 1474.95 g; Popiół: 21.41 g;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Serek włoski 40g (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***),	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 250g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2101.05 kcal; Energia: 8812.65 kJ; Białko ogółem: 117.71 g; białko zwierzęce: 83.24 g; białko roślinne: 34.02 g; Tłuszcz: 72.26 g; Węglowodany ogółem: 275.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.84 g; Sód: 3456.97 mg; Potas: 5092.87 mg; Wapń: 1019.40 mg; Fosfor: 1944.41 mg; Błonnik pokarmowy: 32.47 g; suma cukrów prostych: 47.42 g; Woda: 1461.23 g; Popiół: 22.25 g;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb razowy 100g , Serek włoski 40g (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Papryka 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***),	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 250g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2287.18 kcal; Energia: 9589.87 kJ; Białko ogółem: 121.92 g; białko zwierzęce: 85.04 g; białko roślinne: 36.43 g; Tłuszcz: 73.35 g; Węglowodany ogółem: 299.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.30 g; Sód: 2336.43 mg; Potas: 4492.98 mg; Wapń: 1059.37 mg; Fosfor: 1715.40 mg; Błonnik pokarmowy: 20.19 g; suma cukrów prostych: 53.65 g; Woda: 1410.75 g; Popiół: 18.28 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-03	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Serek włoski 40g (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Pomidor bez skórki 50g , Sałata 10g , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Kakao 300ml (***MLEKO***),	Rosołek z kaszą jaglaną 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 1859.34 kcal; Energia: 7622.30 kJ; Białko ogółem: 111.08 g; białko zwierzęce: 73.71 g; białko roślinne: 29.37 g; Tłuszcz: 60.86 g; Węglowodany ogółem: 238.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.92 g; Sód: 3119.21 mg; Potas: 4740.33 mg; Wapń: 979.36 mg; Fosfor: 1780.36 mg; Błonnik pokarmowy: 23.14 g; suma cukrów prostych: 45.36 g; Woda: 1453.16 g; Popiół: 20.38 g;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Serek włoski 40g (***MLEKO***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 50g , Sałata 10g , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Kakao 300ml (***MLEKO***),	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 250g , Udko z kurczaka b/k duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 5g , Szynka drobiowa gotowana 30g ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2420.89 kcal; Energia: 10155.09 kJ; Białko ogółem: 142.91 g; białko zwierzęce: 107.19 g; białko roślinne: 35.19 g; Tłuszcz: 84.70 g; Węglowodany ogółem: 302.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.58 g; Sód: 3586.30 mg; Potas: 5363.81 mg; Wapń: 1211.31 mg; Fosfor: 2237.17 mg; Błonnik pokarmowy: 33.23 g; suma cukrów prostych: 59.89 g; Woda: 1505.08 g; Popiół: 23.96 g;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z sera mozzarella 70g (***MLEKO***), Kakao 300ml (***MLEKO***), Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),	Zupa pomidorowa z makaronem świderki zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone zmielone 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki puree 250g , Dynia duszona puree, z dodatkiem oleju 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki zmiksowana 400ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 70g (***SELER, GORCZYCA***), Dynia duszona puree 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** BUkiet jarzyn puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2113.19 kcal; Energia: 8841.44 kJ; Białko ogółem: 110.40 g; białko zwierzęce: 74.21 g; białko roślinne: 35.95 g; Tłuszcz: 77.02 g; Węglowodany ogółem: 271.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.43 g; Sód: 3557.37 mg; Potas: 5586.60 mg; Wapń: 1291.62 mg; Fosfor: 1948.58 mg; Błonnik pokarmowy: 29.11 g; suma cukrów prostych: 44.85 g; Woda: 1598.99 g; Popiół: 26.54 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-04	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Dżem 25g 1szt , Ogórek zielony 50g , Sałata 10g , Jabłko 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Twarożek 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa dyniowa z ryżem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 90g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pieczeniowy ciemny 80g , Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 40g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2048.61 kcal; Energia: 8577.54 kJ; Białko ogółem: 85.54 g; białko zwierzęce: 53.17 g; białko roślinne: 31.92 g; Tłuszcz: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 298.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.61 g; Sód: 2213.62 mg; Potas: 4197.14 mg; Wapń: 985.78 mg; Fosfor: 1476.76 mg; Błonnik pokarmowy: 33.68 g; suma cukrów prostych: 60.51 g; Woda: 1510.77 g; Popiół: 18.21 g;		
środa 2026-11-04	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Dżem 25g 1szt , Masło śmietankowe 60% 15g , Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), Pomidor 50g , Sałata 10g , Jabłko pieczone 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Twarożek 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa dyniowa z ryżem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 90g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 80g ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 40g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2017.26 kcal; Energia: 8446.56 kJ; Białko ogółem: 85.33 g; białko zwierzęce: 53.72 g; białko roślinne: 31.16 g; Tłuszcz: 70.58 g; Węglowodany ogółem: 294.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.78 g; Sód: 2456.74 mg; Potas: 4368.23 mg; Wapń: 1009.37 mg; Fosfor: 1555.07 mg; Błonnik pokarmowy: 36.71 g; suma cukrów prostych: 61.57 g; Woda: 1501.75 g; Popiół: 19.14 g;		
środa 2026-11-04	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb razowy 100g , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Ogórek zielony 50g , Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), Sałata 10g , Jabłko 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Twarożek 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa dyniowa z ryżem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 90g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 80g ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 40g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2132.46 kcal; Energia: 8924.54 kJ; Białko ogółem: 93.04 g; białko zwierzęce: 58.63 g; białko roślinne: 33.96 g; Tłuszcz: 70.40 g; Węglowodany ogółem: 300.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.32 g; Sód: 1727.01 mg; Potas: 3981.03 mg; Wapń: 894.42 mg; Fosfor: 1306.55 mg; Błonnik pokarmowy: 24.82 g; suma cukrów prostych: 49.64 g; Woda: 1481.75 g; Popiół: 16.02 g;		
środa 2026-11-04	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Jabłko pieczone 150g , Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), Dżem 25g 1szt , Sałata 10g , Pomidor bez skórki 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Twarożek 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Rosołek z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mięso drobiowe gotowane 90g , Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 80g ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Serek kanapkowy z ziołami 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1786.92 kcal; Energia: 7480.05 kJ; Białko ogółem: 88.60 g; białko zwierzęce: 57.72 g; białko roślinne: 30.87 g; Tłuszcz: 43.25 g; Węglowodany ogółem: 286.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.77 g; Sód: 2470.69 mg; Potas: 4299.86 mg; Wapń: 897.02 mg; Fosfor: 1460.10 mg; Błonnik pokarmowy: 29.19 g; suma cukrów prostych: 60.01 g; Woda: 1559.94 g; Popiół: 18.05 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-04	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), Sałata 10g , Pomidor 50g , Jabłko pieczone 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Twarożek 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa dyniowa z ryżem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 90g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 80g , **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy z ziołami 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2147.42 kcal; Energia: 8991.33 kJ; Białko ogółem: 107.60 g; białko zwierzęce: 78.61 g; białko roślinne: 28.54 g; Tłuszcz: 78.45 g; Węglowodany ogółem: 284.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.51 g; Sód: 2713.97 mg; Potas: 4558.08 mg; Wapń: 1137.54 mg; Fosfor: 1792.31 mg; Błonnik pokarmowy: 34.22 g; suma cukrów prostych: 56.59 g; Woda: 1593.33 g; Popiół: 20.56 g;		
środa 2026-11-04	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną zmiksowana 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Buraki gotowane puree 50g , Twarożek 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa dyniowa z ryżem zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g , Ziemniaki gotowane 250g (***MLEKO***), Marchew duszona puree, z dodatkiem oleju 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 80g ,	Zupa dyniowa z ryżem zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 50g (***SELER, GORCZYCA***), Marchewka gotowana puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1745.69 kcal; Energia: 7306.06 kJ; Białko ogółem: 81.29 g; białko zwierzęce: 53.39 g; białko roślinne: 27.66 g; Tłuszcz: 48.92 g; Węglowodany ogółem: 267.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.16 g; Sód: 2431.53 mg; Potas: 4580.16 mg; Wapń: 992.82 mg; Fosfor: 1499.32 mg; Błonnik pokarmowy: 25.24 g; suma cukrów prostych: 54.29 g; Woda: 1507.98 g; Popiół: 19.50 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Twarożek ze szczypiorkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Gruszka 150g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Leczo z kurczakiem z dodatkiem oleju 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany 150g (***GLUTEN, JAJA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta jajeczna 40g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2020.87 kcal; Energia: 8299.55 kJ; Białko ogółem: 100.78 g; białko zwierzęce: 56.89 g; białko roślinne: 34.28 g; Tłuszcz: 63.88 g; Węglowodany ogółem: 285.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.31 g; Sód: 2077.85 mg; Potas: 3247.29 mg; Wapń: 778.07 mg; Fosfor: 1417.38 mg; Błonnik pokarmowy: 27.12 g; suma cukrów prostych: 37.40 g; Woda: 1136.70 g; Popiół: 15.29 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Banan 150g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Twarożek z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Leczo z kurczakiem bez papryki z dodatkiem oleju 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany 150g (***GLUTEN, JAJA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta jajeczna 40g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2021.03 kcal; Energia: 8302.32 kJ; Białko ogółem: 98.15 g; białko zwierzęce: 59.36 g; białko roślinne: 29.18 g; Tłuszcz: 61.80 g; Węglowodany ogółem: 291.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.39 g; Sód: 2022.99 mg; Potas: 3810.53 mg; Wapń: 749.74 mg; Fosfor: 1436.97 mg; Błonnik pokarmowy: 25.13 g; suma cukrów prostych: 60.71 g; Woda: 1179.14 g; Popiół: 15.89 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-05	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Gruszka 150g , Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (***GLUTEN, JAJA, ŻYTO***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Twarożek ze szczypiorkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Leczo z kurczakiem z dodatkiem oleju 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron razowy gotowany 150g (***GLUTEN, JAJA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta jajeczna 40g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2051.27 kcal; Energia: 8428.53 kJ; Białko ogółem: 103.72 g; białko zwierzęce: 55.79 g; białko roślinne: 34.06 g; Tłuszcz: 63.50 g; Węglowodany ogółem: 286.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.84 g; Sód: 1593.26 mg; Potas: 3008.29 mg; Wapń: 714.67 mg; Fosfor: 1292.78 mg; Błonnik pokarmowy: 25.39 g; suma cukrów prostych: 36.24 g; Woda: 1102.04 g; Popiół: 13.55 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor bez skórki 50g , Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Twarożek z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Rosół z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka gotowany 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Seler duszony 200g (***SELER***), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1982.57 kcal; Energia: 8130.74 kJ; Białko ogółem: 107.55 g; białko zwierzęce: 66.63 g; białko roślinne: 32.92 g; Tłuszcz: 54.05 g; Węglowodany ogółem: 295.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.64 g; Sód: 3778.41 mg; Potas: 5236.13 mg; Wapń: 735.41 mg; Fosfor: 1619.35 mg; Błonnik pokarmowy: 31.72 g; suma cukrów prostych: 58.52 g; Woda: 1528.63 g; Popiół: 23.47 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Banan 150g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 50g , Twarożek z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Leczo z kurczakiem bez papryki z dodatkiem oleju 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany 150g (***GLUTEN, JAJA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta jajeczna 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Kurczak gotowany 50g (***SELER, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2162.67 kcal; Energia: 8852.13 kJ; Białko ogółem: 110.09 g; białko zwierzęce: 69.20 g; białko roślinne: 29.28 g; Tłuszcz: 66.58 g; Węglowodany ogółem: 303.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.36 g; Sód: 2200.60 mg; Potas: 4072.07 mg; Wapń: 924.62 mg; Fosfor: 1626.77 mg; Błonnik pokarmowy: 25.13 g; suma cukrów prostych: 72.52 g; Woda: 1290.75 g; Popiół: 17.33 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką zmiksowana 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 50g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zmiksowany 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka gotowany mielony 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane puree 250g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml , Seler duszony puree, skropione olejem 200g (***SELER***),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zmiksowany 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta jajeczna 80g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Seler duszony puree 50g (***SELER***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2245.92 kcal; Energia: 9406.70 kJ; Białko ogółem: 114.35 g; białko zwierzęce: 77.09 g; białko roślinne: 34.71 g; Tłuszcz: 78.54 g; Węglowodany ogółem: 303.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.46 g; Sód: 4236.85 mg; Potas: 5951.66 mg; Wapń: 1070.60 mg; Fosfor: 2023.20 mg; Błonnik pokarmowy: 35.38 g; suma cukrów prostych: 54.99 g; Woda: 1894.73 g; Popiół: 27.55 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-06	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Serek włoski 40g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Sałata 10g , Kakao 300ml (***MLEKO***),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj panierowany z pieca 90g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA***), Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z kapusty kiszonej z marchewką, z dodatkiem oleju 200g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2234.51 kcal; Energia: 9357.48 kJ; Białko ogółem: 112.83 g; białko zwierzęce: 80.94 g; białko roślinne: 31.44 g; Tłuszcz: 73.53 g; Węglowodany ogółem: 301.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.72 g; Sód: 3147.82 mg; Potas: 4663.48 mg; Wapń: 1145.02 mg; Fosfor: 2031.96 mg; Błonnik pokarmowy: 24.88 g; suma cukrów prostych: 56.21 g; Woda: 1524.16 g; Popiół: 22.00 g;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Serek włoski 40g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj parowany w piecu 90g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szpinak gotowany, skropiony olejem 200g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2012.80 kcal; Energia: 8432.60 kJ; Białko ogółem: 107.45 g; białko zwierzęce: 75.65 g; białko roślinne: 31.35 g; Tłuszcz: 62.61 g; Węglowodany ogółem: 282.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.04 g; Sód: 3128.48 mg; Potas: 4751.19 mg; Wapń: 1270.42 mg; Fosfor: 2077.16 mg; Błonnik pokarmowy: 30.21 g; suma cukrów prostych: 58.20 g; Woda: 1506.88 g; Popiół: 22.72 g;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj parowany w piecu 90g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Surówka z kapusty kiszonej z marchewką, z dodatkiem oleju 200g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2179.52 kcal; Energia: 9125.21 kJ; Białko ogółem: 107.49 g; białko zwierzęce: 75.29 g; białko roślinne: 31.74 g; Tłuszcz: 67.04 g; Węglowodany ogółem: 299.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.13 g; Sód: 2581.20 mg; Potas: 4287.68 mg; Wapń: 1087.77 mg; Fosfor: 1762.82 mg; Błonnik pokarmowy: 18.54 g; suma cukrów prostych: 53.90 g; Woda: 1465.56 g; Popiół: 19.48 g;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka drobiowa gotowana 40g , Serek włoski 50g (***MLEKO***), Mus owocowy 120g 1szt , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Rosołek z kaszą manną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj parowany w piecu 90g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2032.44 kcal; Energia: 8512.02 kJ; Białko ogółem: 109.96 g; białko zwierzęce: 76.85 g; białko roślinne: 33.11 g; Tłuszcz: 47.84 g; Węglowodany ogółem: 310.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.82 g; Sód: 3036.73 mg; Potas: 4415.18 mg; Wapń: 1179.23 mg; Fosfor: 1911.51 mg; Błonnik pokarmowy: 24.52 g; suma cukrów prostych: 82.91 g; Woda: 1494.74 g; Popiół: 20.56 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-06	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj parowany w piecu 90g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szpinak gotowany, skropiony olejem 200g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2090.04 kcal; Energia: 8755.90 kJ; Białko ogółem: 114.38 g; białko zwierzęce: 82.58 g; białko roślinne: 31.35 g; Tłuszcz: 65.76 g; Węglowodany ogółem: 288.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.66 g; Sód: 3192.88 mg; Potas: 4912.49 mg; Wapń: 1389.82 mg; Fosfor: 2179.86 mg; Błonnik pokarmowy: 30.21 g; suma cukrów prostych: 63.22 g; Woda: 1604.79 g; Popiół: 23.50 g;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pasta mięsna z warzywami 80g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Masło śmietankowe 60% 8g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Marchewka gotowana puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj parowany w piecu zmielony 90g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki puree 250g , Szpinak gotowany puree, skropiony olejem 200g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 70g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Cukinia duszona puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 1996.17 kcal; Energia: 8358.37 kJ; Białko ogółem: 94.74 g; białko zwierzęce: 60.35 g; białko roślinne: 34.15 g; Tłuszcz: 64.22 g; Węglowodany ogółem: 287.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.75 g; Sód: 2196.31 mg; Potas: 5443.88 mg; Wapń: 1207.64 mg; Fosfor: 1926.90 mg; Błonnik pokarmowy: 30.45 g; suma cukrów prostych: 56.80 g; Woda: 1724.26 g; Popiół: 23.38 g;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy z ziołami 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Papryka 50g , Sałata 10g , Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***),	Zupa minestrone z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z buraczków z cebulką 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 40g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2201.73 kcal; Energia: 9220.45 kJ; Białko ogółem: 97.84 g; białko zwierzęce: 65.46 g; białko roślinne: 31.92 g; Tłuszcz: 74.75 g; Węglowodany ogółem: 308.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.72 g; Sód: 2762.84 mg; Potas: 5249.63 mg; Wapń: 759.42 mg; Fosfor: 1434.19 mg; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; suma cukrów prostych: 71.15 g; Woda: 1422.39 g; Popiół: 20.76 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-07	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy z ziołami 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor 50g , Sałata 10g ,	Zupa minestrone z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 250g , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2258.54 kcal; Energia: 9458.28 kJ; Białko ogółem: 103.62 g; białko zwierzęce: 72.53 g; białko roślinne: 30.64 g; Tłuszcz: 82.69 g; Węglowodany ogółem: 301.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.87 g; Sód: 3052.68 mg; Potas: 5408.46 mg; Wapń: 811.07 mg; Fosfor: 1609.12 mg; Błonnik pokarmowy: 28.65 g; suma cukrów prostych: 72.11 g; Woda: 1451.54 g; Popiół: 22.07 g;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Bułka grahamka 1szt (***GLUTEN, JAJA, ŻYTO***), Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek kanapkowy z ziołami 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Jabłko 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Papryka 50g , Sałata 10g ,	Zupa minestrone z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 250g , Mizeria z ogórka zielonego startego na drobnych oczkach z jogurtem naturalnym 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 40g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2069.06 kcal; Energia: 8667.44 kJ; Białko ogółem: 100.62 g; białko zwierzęce: 65.51 g; białko roślinne: 34.66 g; Tłuszcz: 60.99 g; Węglowodany ogółem: 298.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.42 g; Sód: 2638.03 mg; Potas: 4222.63 mg; Wapń: 708.16 mg; Fosfor: 1405.50 mg; Błonnik pokarmowy: 24.11 g; suma cukrów prostych: 37.97 g; Woda: 1455.28 g; Popiół: 18.75 g;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek kanapkowy z ziołami 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor bez skórki 50g , Sałata 10g ,	Rosół z ryżem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś z kurczaka gotowana 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1998.50 kcal; Energia: 8360.25 kJ; Białko ogółem: 107.68 g; białko zwierzęce: 75.68 g; białko roślinne: 32.00 g; Tłuszcz: 53.97 g; Węglowodany ogółem: 289.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.67 g; Sód: 2873.07 mg; Potas: 4952.98 mg; Wapń: 699.17 mg; Fosfor: 1617.52 mg; Błonnik pokarmowy: 22.43 g; suma cukrów prostych: 55.64 g; Woda: 1481.46 g; Popiół: 20.53 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-07	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek kanapkowy z ziołami 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor 50g , Sałata 10g ,	Zupa minestrone z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 250g , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 5g , Szynka drobiowa 30g ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 50g (***SELER, GORCZYCA***), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2455.85 kcal; Energia: 10285.31 kJ; Białko ogółem: 118.82 g; białko zwierzęce: 85.60 g; białko roślinne: 32.69 g; Tłuszcz: 90.50 g; Węglowodany ogółem: 319.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.24 g; Sód: 3390.32 mg; Potas: 5600.08 mg; Wapń: 847.85 mg; Fosfor: 1749.26 mg; Błonnik pokarmowy: 30.43 g; suma cukrów prostych: 73.14 g; Woda: 1497.14 g; Popiół: 23.52 g;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 50g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Zupa mleczna kaszą manną zmiksowana 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), Marchewka gotowana puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***),	Zupa minestrone z ziemniakami bez fasoli zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś z kurczaka gotowana zmielona 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane puree 250g (***MLEKO***), Cukinia duszona puree, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Zupa minestrone z ziemniakami zmiksowany 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Serek kanapkowy 70g (***MLEKO, LAKTOZA***), Herbata z cytryną 300ml , Marchew duszona, skropiona olejem 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1918.67 kcal; Energia: 8029.48 kJ; Białko ogółem: 104.59 g; białko zwierzęce: 75.22 g; białko roślinne: 29.13 g; Tłuszcz: 64.32 g; Węglowodany ogółem: 251.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.98 g; Sód: 2354.15 mg; Potas: 5672.54 mg; Wapń: 977.50 mg; Fosfor: 1696.39 mg; Błonnik pokarmowy: 23.68 g; suma cukrów prostych: 46.49 g; Woda: 1681.36 g; Popiół: 21.18 g;		
niedziela 2026-11-08	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Chleb razowy 50g , Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Ser mozzarella 20g (***MLEKO***), Sałatka jarzynowa 50g , Sałata 10g , Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Kakao 300ml (***MLEKO***),	Rosół z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka pieczone 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2518.56 kcal; Energia: 10084.77 kJ; Białko ogółem: 129.65 g; białko zwierzęce: 95.48 g; białko roślinne: 29.24 g; Tłuszcz: 119.91 g; Węglowodany ogółem: 259.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.38 g; Sód: 3349.17 mg; Potas: 4518.98 mg; Wapń: 1027.21 mg; Fosfor: 1956.96 mg; Błonnik pokarmowy: 28.84 g; suma cukrów prostych: 37.35 g; Woda: 1498.91 g; Popiół: 22.81 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-08	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Ser mozzarella 40g (***MLEKO***), Sałatka jarzynowa 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka duszone 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 200g , Dynia duszona, skropiona olejem 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), **Posiłek nocny:** Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2325.37 kcal; Energia: 9747.10 kJ; Białko ogółem: 120.06 g; białko zwierzęce: 90.56 g; białko roślinne: 28.73 g; Tłuszcz: 103.30 g; Węglowodany ogółem: 259.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.79 g; Sód: 3618.31 mg; Potas: 4759.51 mg; Wapń: 1182.41 mg; Fosfor: 2017.51 mg; Błonnik pokarmowy: 30.64 g; suma cukrów prostych: 41.09 g; Woda: 1485.37 g; Popiół: 23.78 g;		
niedziela 2026-11-08	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb razowy 100g , Sałatka jarzynowa 50g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Ser mozzarella 40g (***MLEKO***), Masło śmietankowe 60% 15g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka pieczone 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2663.06 kcal; Energia: 10684.14 kJ; Białko ogółem: 133.20 g; białko zwierzęce: 96.93 g; białko roślinne: 31.34 g; Tłuszcz: 122.41 g; Węglowodany ogółem: 275.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.90 g; Sód: 2824.17 mg; Potas: 4152.88 mg; Wapń: 1025.21 mg; Fosfor: 1766.46 mg; Błonnik pokarmowy: 20.14 g; suma cukrów prostych: 39.55 g; Woda: 1456.17 g; Popiół: 20.60 g;		
niedziela 2026-11-08	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Twarożek z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szynka drobiowa 50g , Pomidor bez skórki 50g , Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka duszone 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2020.22 kcal; Energia: 8460.45 kJ; Białko ogółem: 123.13 g; białko zwierzęce: 90.64 g; białko roślinne: 32.49 g; Tłuszcz: 62.99 g; Węglowodany ogółem: 260.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.97 g; Sód: 2763.28 mg; Potas: 4596.85 mg; Wapń: 887.49 mg; Fosfor: 1745.70 mg; Błonnik pokarmowy: 23.92 g; suma cukrów prostych: 43.54 g; Woda: 1436.36 g; Popiół: 20.50 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-08	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Ser mozzarella 40g (***MLEKO***), Sałatka jarzynowa 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka duszone 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 200g , Dynia duszona, skropiona olejem 200g , Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Serek włoski 50g (***MLEKO***), **Posiłek nocny:** Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2418.37 kcal; Energia: 10137.50 kJ; Białko ogółem: 131.88 g; białko zwierzęce: 102.86 g; białko roślinne: 28.25 g; Tłuszcz: 107.49 g; Węglowodany ogółem: 260.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.35 g; Sód: 3994.05 mg; Potas: 4689.11 mg; Wapń: 1257.61 mg; Fosfor: 2146.31 mg; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; suma cukrów prostych: 44.34 g; Woda: 1514.01 g; Popiół: 24.41 g;		
niedziela 2026-11-08	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą wzmocniona 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Twarożek z koperkiem 70g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Masło śmietankowe 60% 8g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),	Rosół z makaronem zmiksowany 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mięso z udka kurczaka duszone zmielone 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane puree 200g (***MLEKO***), Dynia duszona puree, z dodatkiem oleju 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Rosół z makaronem zmiksowany 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 50g (***SELER, GORCZYCA***), Herbata z cytryną 300ml , Dynia duszona puree 50g , **Posiłek nocny:** Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1850.48 kcal; Energia: 7744.40 kJ; Białko ogółem: 91.77 g; białko zwierzęce: 61.24 g; białko roślinne: 30.28 g; Tłuszcz: 57.46 g; Węglowodany ogółem: 265.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.35 g; Sód: 2661.50 mg; Potas: 4784.02 mg; Wapń: 1159.04 mg; Fosfor: 1645.98 mg; Błonnik pokarmowy: 25.90 g; suma cukrów prostych: 52.77 g; Woda: 1571.66 g; Popiół: 21.18 g;		
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy ze szczypiorkiem 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Papryka 50g , Sałata 10g , Kakao 300ml (***MLEKO***),	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kasza gryczana gotowana 150g , Surówka z kapusty białej z zieleniną, skropiona olejem 200g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Pasta z tuńczyka koperkiem 40g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2248.92 kcal; Energia: 9426.14 kJ; Białko ogółem: 106.48 g; białko zwierzęce: 60.72 g; białko roślinne: 45.32 g; Tłuszcz: 73.47 g; Węglowodany ogółem: 318.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.97 g; Sód: 2154.18 mg; Potas: 3750.14 mg; Wapń: 984.88 mg; Fosfor: 1983.72 mg; Błonnik pokarmowy: 31.06 g; suma cukrów prostych: 38.08 g; Woda: 1187.09 g; Popiół: 18.87 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Serek kanapkowy z pietruszką 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kasza jęczmienna gotowana 150g (***GLUTEN***), Kompot owocowy 300ml , Marchew duszona, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z tuńczyka koperkiem 40g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2151.13 kcal; Energia: 9018.52 kJ; Białko ogółem: 90.64 g; białko zwierzęce: 55.68 g; białko roślinne: 34.51 g; Tłuszcz: 71.27 g; Węglowodany ogółem: 320.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.42 g; Sód: 2482.52 mg; Potas: 3710.46 mg; Wapń: 832.87 mg; Fosfor: 1602.60 mg; Błonnik pokarmowy: 36.11 g; suma cukrów prostych: 39.28 g; Woda: 1185.61 g; Popiół: 16.76 g;		
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Bułka grahamka 1szt (***GLUTEN, JAJA, ŻYTO***), Chleb razowy 50g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Serek kanapkowy ze szczypiorkiem 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Papryka 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kasza gryczana gotowana 150g , Kompot owocowy 300ml , Surówka z kapusty białej z zieleniną, skropiona olejem 200g (***MLEKO***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z tuńczyka koperkiem 40g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2343.82 kcal; Energia: 9822.66 kJ; Białko ogółem: 111.42 g; białko zwierzęce: 59.45 g; białko roślinne: 51.52 g; Tłuszcz: 66.05 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.86 g; Sód: 1691.78 mg; Potas: 3645.60 mg; Wapń: 934.50 mg; Fosfor: 1947.62 mg; Błonnik pokarmowy: 31.01 g; suma cukrów prostych: 36.98 g; Woda: 1164.31 g; Popiół: 17.42 g;		
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Serek kanapkowy z pietruszką 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Banan 150g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Rosołek z kaszą jaglaną 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Polędwica sopocka 40g , Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , Twaróg krajanka plaster 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1928.29 kcal; Energia: 8077.76 kJ; Białko ogółem: 87.59 g; białko zwierzęce: 53.97 g; białko roślinne: 33.61 g; Tłuszcz: 50.39 g; Węglowodany ogółem: 305.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.12 g; Sód: 2753.99 mg; Potas: 4545.97 mg; Wapń: 765.80 mg; Fosfor: 1381.50 mg; Błonnik pokarmowy: 27.91 g; suma cukrów prostych: 62.72 g; Woda: 1371.36 g; Popiół: 18.74 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Serek kanapkowy z pietruszką 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kasza jęczmienna gotowana 150g (***GLUTEN***), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kompot owocowy 300ml , Marchew duszona, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Pasta z tuńczyka koperkiem 90g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2173.90 kcal; Energia: 9111.94 kJ; Białko ogółem: 99.64 g; białko zwierzęce: 66.01 g; białko roślinne: 33.18 g; Tłuszcz: 71.00 g; Węglowodany ogółem: 316.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.15 g; Sód: 2729.87 mg; Potas: 3719.22 mg; Wapń: 916.17 mg; Fosfor: 1707.61 mg; Błonnik pokarmowy: 35.24 g; suma cukrów prostych: 42.83 g; Woda: 1238.93 g; Popiół: 17.77 g;		
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Serek kanapkowy 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dynia duszona puree, z dodatkiem oleju 50g , Masło śmietankowe 60% 8g , Kakao 300ml (***MLEKO***),	Zupa brokułowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny zmielony 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki puree 250g , Marchew duszona puree, z dodatkiem oleju 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa brokułowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 50g (***SELER, GORCZYCA***), Cukinia duszona puree, skropiona olejem 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1839.46 kcal; Energia: 7701.54 kJ; Białko ogółem: 81.08 g; białko zwierzęce: 49.98 g; białko roślinne: 30.86 g; Tłuszcz: 65.53 g; Węglowodany ogółem: 259.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.92 g; Sód: 2395.87 mg; Potas: 5308.26 mg; Wapń: 1023.53 mg; Fosfor: 1581.29 mg; Błonnik pokarmowy: 30.10 g; suma cukrów prostych: 50.86 g; Woda: 1659.65 g; Popiół: 20.59 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml (***MLEKO***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***),	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 300g , Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Ser mozzarella 60g (***MLEKO***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2339.67 kcal; Energia: 9639.55 kJ; Białko ogółem: 118.61 g; białko zwierzęce: 73.37 g; białko roślinne: 32.49 g; Tłuszcz: 83.37 g; Węglowodany ogółem: 296.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.93 g; Sód: 3355.08 mg; Potas: 4218.97 mg; Wapń: 1392.41 mg; Fosfor: 2002.30 mg; Błonnik pokarmowy: 25.73 g; suma cukrów prostych: 53.20 g; Woda: 1464.00 g; Popiół: 22.65 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 300g , Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Szynka z piersi kurczaka 40g , Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek wiejski 60g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2142.29 kcal; Energia: 8818.55 kJ; Białko ogółem: 109.74 g; białko zwierzęce: 72.38 g; białko roślinne: 24.60 g; Tłuszcz: 76.27 g; Węglowodany ogółem: 276.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.66 g; Sód: 3440.32 mg; Potas: 4327.74 mg; Wapń: 1189.23 mg; Fosfor: 1974.19 mg; Błonnik pokarmowy: 29.09 g; suma cukrów prostych: 57.11 g; Woda: 1532.09 g; Popiół: 21.73 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-10	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml (***MLEKO***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 250g , Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Surówka z marchewki i jabłka, skropiona olejem 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella 60g (***MLEKO***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2454.50 kcal; Energia: 10114.06 kJ; Białko ogółem: 119.52 g; białko zwierzęce: 76.27 g; białko roślinne: 34.81 g; Tłuszcz: 82.62 g; Węglowodany ogółem: 326.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.84 g; Sód: 2920.66 mg; Potas: 4495.14 mg; Wapń: 1541.66 mg; Fosfor: 1972.95 mg; Błonnik pokarmowy: 23.65 g; suma cukrów prostych: 68.65 g; Woda: 1708.03 g; Popiół: 21.66 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml (***MLEKO***), Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka z indyka 50g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor bez skórki 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sałata 10g , Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),	Rosół z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Serek wiejski 60g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2018.04 kcal; Energia: 8288.08 kJ; Białko ogółem: 105.79 g; białko zwierzęce: 62.19 g; białko roślinne: 31.30 g; Tłuszcz: 59.79 g; Węglowodany ogółem: 285.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.82 g; Sód: 3474.95 mg; Potas: 4696.27 mg; Wapń: 1123.64 mg; Fosfor: 1702.43 mg; Błonnik pokarmowy: 29.43 g; suma cukrów prostych: 55.74 g; Woda: 1586.74 g; Popiół: 22.54 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 300g , Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Surówka z marchewki i jabłka, skropiona olejem 200g , Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek wiejski 60g (***MLEKO, LAKTOZA***), Szynka z piersi kurczaka 50g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2410.62 kcal; Energia: 9897.88 kJ; Białko ogółem: 126.30 g; białko zwierzęce: 85.08 g; białko roślinne: 26.47 g; Tłuszcz: 88.27 g; Węglowodany ogółem: 307.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.30 g; Sód: 3599.32 mg; Potas: 4999.41 mg; Wapń: 1340.57 mg; Fosfor: 2168.86 mg; Błonnik pokarmowy: 36.55 g; suma cukrów prostych: 65.91 g; Woda: 1840.02 g; Popiół: 23.37 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml (***MLEKO***), Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pasta z wędliny 60g (***SELER, GORCZYCA***),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mięso z udka kurczaka duszone zmielone 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane puree 250g (***MLEKO***), Dynia duszona puree, z dodatkiem oleju 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z serka włoskiego 60g (***MLEKO***), Marchew duszona puree, z dodatkiem oleju 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1996.19 kcal; Energia: 8354.32 kJ; Białko ogółem: 96.11 g; białko zwierzęce: 59.82 g; białko roślinne: 31.75 g; Tłuszcz: 59.24 g; Węglowodany ogółem: 294.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.51 g; Sód: 3250.72 mg; Potas: 5465.76 mg; Wapń: 1017.15 mg; Fosfor: 1685.03 mg; Błonnik pokarmowy: 32.72 g; suma cukrów prostych: 53.72 g; Woda: 1657.98 g; Popiół: 23.48 g;		

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

Dietetyk

.....

*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE **Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**