

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-11 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g , Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt owocowy b/c szt 1g , Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek włoski 50g (MLEKO), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Południca premium 40g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2160.10 kcal; Energia: 9039.09 kJ; Białko ogółem: 114.36 g; białko zwierzęce: 75.69 g; białko roślinne: 33.93 g; Tłuszcz: 68.48 g; Węglowodany ogółem: 294.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.19 g; Sód: 1939.44 mg; Potas: 4504.62 mg; Wapń: 840.07 mg; Fosfor: 1564.36 mg; Błonnik pokarmowy: 32.20 g; suma cukrów prostych: 39.81 g; Woda: 1506.99 g; Popiół: 17.37 g;		
niedziela 2026-10-11 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt owocowy b/c szt 1g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Południca premium 40g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2114.70 kcal; Energia: 8852.91 kJ; Białko ogółem: 114.42 g; białko zwierzęce: 76.79 g; białko roślinne: 32.89 g; Tłuszcz: 68.97 g; Węglowodany ogółem: 289.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.54 g; Sód: 2435.37 mg; Potas: 4906.82 mg; Wapń: 892.27 mg; Fosfor: 1744.36 mg; Błonnik pokarmowy: 37.78 g; suma cukrów prostych: 42.46 g; Woda: 1584.83 g; Popiół: 19.64 g;		
niedziela 2026-10-11 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pomidor 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Serek włoski 50g (MLEKO), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Południca premium 40g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2191.10 kcal; Energia: 9162.27 kJ; Białko ogółem: 114.86 g; białko zwierzęce: 78.59 g; białko roślinne: 35.83 g; Tłuszcz: 67.08 g; Węglowodany ogółem: 299.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.04 g; Sód: 1676.44 mg; Potas: 4617.62 mg; Wapń: 936.07 mg; Fosfor: 1518.36 mg; Błonnik pokarmowy: 23.50 g; suma cukrów prostych: 40.91 g; Woda: 1560.59 g; Popiół: 16.97 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-11 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skórki 100g , Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt owocowy b/c szt 1g , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k gotowane 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 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), Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1989.36 kcal; Energia: 8322.95 kJ; Białko ogółem: 110.26 g; białko zwierzęce: 71.02 g; białko roślinne: 34.94 g; Tłuszcz: 55.70 g; Węglowodany ogółem: 279.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.81 g; Sód: 2252.15 mg; Potas: 4720.22 mg; Wapń: 739.70 mg; Fosfor: 1503.37 mg; Błonnik pokarmowy: 26.64 g; suma cukrów prostych: 39.48 g; Woda: 1552.57 g; Popiół: 18.39 g;		
niedziela 2026-10-11 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Pomidor 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Sok NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Szynka z piersi kurczaka 30g , Masło śmietankowe 60% 5g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 50g , Serek włoski 90g (MLEKO), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2242.63 kcal; Energia: 9259.52 kJ; Białko ogółem: 130.35 g; białko zwierzęce: 88.92 g; białko roślinne: 34.91 g; Tłuszcz: 72.38 g; Węglowodany ogółem: 301.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.79 g; Sód: 2690.20 mg; Potas: 5070.67 mg; Wapń: 948.75 mg; Fosfor: 1914.11 mg; Błonnik pokarmowy: 36.52 g; suma cukrów prostych: 44.52 g; Woda: 1633.06 g; Popiół: 20.91 g;		
niedziela 2026-10-11 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 50g (SELER, GORCZYCA), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Rosół z makaronem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k gotowane zmielone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 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 makaronem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta twarogowa z koperkiem 70g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2045.64 kcal; Energia: 8558.87 kJ; Białko ogółem: 97.75 g; białko zwierzęce: 65.49 g; białko roślinne: 32.02 g; Tłuszcz: 76.17 g; Węglowodany ogółem: 263.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.78 g; Sód: 2537.69 mg; Potas: 4865.77 mg; Wapń: 979.58 mg; Fosfor: 1620.23 mg; Błonnik pokarmowy: 22.77 g; suma cukrów prostych: 45.81 g; Woda: 1653.84 g; Popiół: 20.60 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-12 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Papryka 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Salata 10g , Nektarynka 150g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml , Mix салат z sosem vinegrette i słonecznikiem 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z tuńczyka 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2154.09 kcal; Energia: 8015.53 kJ; Białko ogółem: 98.88 g; białko zwierzęce: 51.85 g; białko roślinne: 32.44 g; Tłuszcz: 59.43 g; Węglowodany ogółem: 286.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.12 g; Sód: 2754.50 mg; Potas: 3967.64 mg; Wapń: 619.29 mg; Fosfor: 1319.63 mg; Błonnik pokarmowy: 23.95 g; suma cukrów prostych: 38.37 g; Woda: 1220.86 g; Popiół: 18.15 g;		
poniedziałek 2026-10-12 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Salata 10g , Nektarynka 150g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml , Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z tuńczyka 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2069.68 kcal; Energia: 7800.22 kJ; Białko ogółem: 96.66 g; białko zwierzęce: 52.40 g; białko roślinne: 30.91 g; Tłuszcz: 56.16 g; Węglowodany ogółem: 276.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.22 g; Sód: 2998.56 mg; Potas: 4168.92 mg; Wapń: 629.34 mg; Fosfor: 1374.14 mg; Błonnik pokarmowy: 25.50 g; suma cukrów prostych: 39.61 g; Woda: 1178.92 g; Popiół: 18.74 g;		
poniedziałek 2026-10-12 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Papryka 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Salata 10g , Nektarynka 150g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml , Mix салат z sosem vinegrette i słonecznikiem 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z tuńczyka 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2311.09 kcal; Energia: 8670.71 kJ; Białko ogółem: 103.98 g; białko zwierzęce: 50.75 g; białko roślinne: 38.64 g; Tłuszcz: 58.93 g; Węglowodany ogółem: 319.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.74 g; Sód: 2270.50 mg; Potas: 3836.64 mg; Wapń: 567.29 mg; Fosfor: 1264.63 mg; Błonnik pokarmowy: 23.90 g; suma cukrów prostych: 37.27 g; Woda: 1191.06 g; Popiół: 16.65 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-12 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Banan 150g , Kakao 300ml (MLEKO), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Salata 10g ,	Rosolek z kaszą jaglaną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Marchewka gotowana 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z piersi kurczaka 50g , Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek kanapkowy z ziołami 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA), Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2393.28 kcal; Energia: 8934.42 kJ; Białko ogółem: 103.76 g; białko zwierzęce: 53.17 g; białko roślinne: 37.18 g; Tłuszcz: 64.17 g; Węglowodany ogółem: 336.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.93 g; Sód: 2784.80 mg; Potas: 4789.66 mg; Wapń: 688.19 mg; Fosfor: 1461.21 mg; Błonnik pokarmowy: 29.27 g; suma cukrów prostych: 63.96 g; Woda: 1391.65 g; Popiół: 19.13 g;		
poniedziałek 2026-10-12 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pierś delikatna z kurnej półki 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g , Nektarynka 150g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Kompot owocowy 300ml , Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 50g , Pasta z tuńczyka 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2136.53 kcal; Energia: 8078.39 kJ; Białko ogółem: 110.15 g; białko zwierzęce: 66.63 g; białko roślinne: 30.16 g; Tłuszcz: 57.82 g; Węglowodany ogółem: 275.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.74 g; Sód: 3300.21 mg; Potas: 4380.58 mg; Wapń: 740.60 mg; Fosfor: 1524.82 mg; Błonnik pokarmowy: 25.27 g; suma cukrów prostych: 43.87 g; Woda: 1298.59 g; Popiół: 20.29 g;		
poniedziałek 2026-10-12 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Serek kanapkowy z ziołami 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA), Kakao 300ml (MLEKO),	Zupa pomidorowa z ryżem zmiksowana 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy mielony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g , Marchew duszona puree, z dodatkiem oleju 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa pomidorowa 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 tuńczyka 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Szpinak gotowany puree 50g (MLEKO), Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2050.74 kcal; Energia: 7713.17 kJ; Białko ogółem: 86.67 g; białko zwierzęce: 52.27 g; białko roślinne: 30.76 g; Tłuszcz: 58.97 g; Węglowodany ogółem: 276.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.49 g; Sód: 2341.45 mg; Potas: 4716.35 mg; Wapń: 932.45 mg; Fosfor: 1507.09 mg; Błonnik pokarmowy: 25.97 g; suma cukrów prostych: 46.37 g; Woda: 1393.70 g; Popiół: 20.24 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-13 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek kanapkowy z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza pęczak 150g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2495.00 kcal; Energia: 9822.08 kJ; Białko ogółem: 116.21 g; białko zwierzęce: 64.57 g; białko roślinne: 37.88 g; Tłuszcz: 106.18 g; Węglowodany ogółem: 308.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.95 g; Sód: 2774.41 mg; Potas: 4529.84 mg; Wapń: 1114.47 mg; Fosfor: 1956.19 mg; Błonnik pokarmowy: 39.66 g; suma cukrów prostych: 49.33 g; Woda: 1500.52 g; Popiół: 22.09 g;		
wtorek 2026-10-13 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek kanapkowy z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Cukinia duszona, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2444.09 kcal; Energia: 10079.36 kJ; Białko ogółem: 109.00 g; białko zwierzęce: 64.57 g; białko roślinne: 34.82 g; Tłuszcz: 90.80 g; Węglowodany ogółem: 331.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.63 g; Sód: 2303.22 mg; Potas: 4638.58 mg; Wapń: 997.14 mg; Fosfor: 1985.49 mg; Błonnik pokarmowy: 34.69 g; suma cukrów prostych: 48.12 g; Woda: 1507.70 g; Popiół: 19.43 g;		
wtorek 2026-10-13 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek kanapkowy z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza pęczak 150g , 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 , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2621.61 kcal; Energia: 10348.14 kJ; Białko ogółem: 119.04 g; białko zwierzęce: 66.37 g; białko roślinne: 38.91 g; Tłuszcz: 105.36 g; Węglowodany ogółem: 323.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.23 g; Sód: 1341.40 mg; Potas: 3957.56 mg; Wapń: 1142.33 mg; Fosfor: 1705.48 mg; Błonnik pokarmowy: 26.70 g; suma cukrów prostych: 55.51 g; Woda: 1418.74 g; Popiół: 17.07 g;		
wtorek 2026-10-13 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor bez skórki 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek kanapkowy z koperkiem 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Rosół z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Twaróg krajanka plaster 60g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1772.72 kcal; Energia: 7253.17 kJ; Białko ogółem: 99.16 g; białko zwierzęce: 57.55 g; białko roślinne: 33.61 g; Tłuszcz: 44.66 g; Węglowodany ogółem: 263.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.52 g; Sód: 2954.49 mg; Potas: 4909.73 mg; Wapń: 894.19 mg; Fosfor: 1588.22 mg; Błonnik pokarmowy: 23.42 g; suma cukrów prostych: 43.72 g; Woda: 1639.21 g; Popiół: 21.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-13		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 50g , Serek kanapkowy z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Salata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Cukinia duszona, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 5g , Szynka drobiowa 30g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2664.05 kcal; Energia: 10962.45 kJ; Białko ogółem: 123.91 g; białko zwierzęce: 76.29 g; białko roślinne: 35.94 g; Tłuszcz: 96.97 g; Węglowodany ogółem: 357.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.87 g; Sód: 2381.96 mg; Potas: 4677.72 mg; Wapń: 1165.46 mg; Fosfor: 2151.62 mg; Błonnik pokarmowy: 35.33 g; suma cukrów prostych: 60.31 g; Woda: 1512.08 g; Popiół: 20.32 g;		
wtorek 2026-10-13		
Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmielowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Szpinak gotowany puree 50g (MLEKO), Pasta z wędliny 50g (SELER, GORCZYCA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zmielowany 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), Cukinia duszona puree, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zmielowany 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), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1988.71 kcal; Energia: 8323.54 kJ; Białko ogółem: 91.29 g; białko zwierzęce: 53.51 g; białko roślinne: 35.24 g; Tłuszcz: 60.61 g; Węglowodany ogółem: 293.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.43 g; Sód: 3145.10 mg; Potas: 5764.31 mg; Wapń: 930.63 mg; Fosfor: 1600.06 mg; Błonnik pokarmowy: 26.72 g; suma cukrów prostych: 49.90 g; Woda: 1793.19 g; Popiół: 23.95 g;		
środa 2026-10-14		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Bulka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Dżem 25g 1szt , Brzoskwinia 150g , Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Słonecznik 20g , Salata 10g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Ogórek zielony 100g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Marchewka z groszkiem, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Połędwica premium 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g , Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2443.67 kcal; Energia: 9717.20 kJ; Białko ogółem: 108.04 g; białko zwierzęce: 51.97 g; białko roślinne: 40.62 g; Tłuszcz: 84.06 g; Węglowodany ogółem: 341.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.65 g; Sód: 2482.59 mg; Potas: 4351.01 mg; Wapń: 688.73 mg; Fosfor: 1405.17 mg; Błonnik pokarmowy: 38.69 g; suma cukrów prostych: 58.03 g; Woda: 1410.55 g; Popiół: 17.93 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-14 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Dżem 25g 1szt, Masło śmietankowe 60% 15g, Brzoskwinia 150g, Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Pomidor 100g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g, Marchewka z groszkiem, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Polędwica premium 40g, Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g, Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g,
Wartości odżywcze: Energia: 2288.86 kcal; Energia: 9593.36 kJ; Białko ogółem: 102.63 g; białko zwierzęce: 52.52 g; białko roślinne: 39.86 g; Tłuszcz: 73.93 g; Węglowodany ogółem: 335.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.82 g; Sód: 2722.13 mg; Potas: 4591.49 mg; Wapń: 706.51 mg; Fosfor: 1478.61 mg; Błonnik pokarmowy: 40.33 g; suma cukrów prostych: 59.29 g; Woda: 1388.82 g; Popiół: 18.79 g;		
środa 2026-10-14 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Chleb razowy 50g, Masło śmietankowe 60% 15g, Ogórek zielony 100g, Brzoskwinia 150g, Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Słonecznik 20g, Sałata 10g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g, Surówka z marchewki i jabłka, skropiona olejem 200g, Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Polędwica premium 40g, Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2349.37 kcal; Energia: 9306.75 kJ; Białko ogółem: 114.06 g; białko zwierzęce: 66.32 g; białko roślinne: 36.59 g; Tłuszcz: 69.17 g; Węglowodany ogółem: 341.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.44 g; Sód: 2625.92 mg; Potas: 4598.25 mg; Wapń: 787.44 mg; Fosfor: 1489.43 mg; Błonnik pokarmowy: 32.26 g; suma cukrów prostych: 57.20 g; Woda: 1573.19 g; Popiół: 18.33 g;		
środa 2026-10-14 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Banan 150g, Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor bez skórki 100g, Sałata 10g,	Rosół z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka gotowana 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g, Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Polędwica premium 40g, Pomidor bez skórki 100g, Herbata z cytryną 300ml, Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g, Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g,
Wartości odżywcze: Energia: 2173.51 kcal; Energia: 9099.76 kJ; Białko ogółem: 100.07 g; białko zwierzęce: 54.86 g; białko roślinne: 35.41 g; Tłuszcz: 54.25 g; Węglowodany ogółem: 344.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.34 g; Sód: 2774.99 mg; Potas: 5127.04 mg; Wapń: 656.61 mg; Fosfor: 1293.36 mg; Błonnik pokarmowy: 32.85 g; suma cukrów prostych: 72.77 g; Woda: 1515.09 g; Popiół: 19.00 g;		
środa 2026-10-14 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Brzoskwinia 150g, Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g, Pomidor bez skórki 100g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g, Marchewka z groszkiem, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g, Polędwica premium 40g, Pomidor bez skórki 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2480.38 kcal; Energia: 10384.53 kJ; Białko ogółem: 127.72 g; białko zwierzęce: 81.47 g; białko roślinne: 40.30 g; Tłuszcz: 84.54 g; Węglowodany ogółem: 336.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.67 g; Sód: 3268.55 mg; Potas: 5110.64 mg; Wapń: 964.29 mg; Fosfor: 1870.46 mg; Błonnik pokarmowy: 37.17 g; suma cukrów prostych: 65.77 g; Woda: 1577.70 g; Popiół: 21.87 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-14		
Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Serek kanapkowy 70g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Dżem 25g 1szt ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmięszana 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 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmięszana 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), Seler duszony puree 50g (SELER), Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1997.11 kcal; Energia: 8362.94 kJ; Białko ogółem: 86.82 g; białko zwierzęce: 51.88 g; białko roślinne: 30.40 g; Tłuszcz: 59.34 g; Węglowodany ogółem: 307.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.31 g; Sód: 3152.26 mg; Potas: 5336.23 mg; Wapń: 902.67 mg; Fosfor: 1596.33 mg; Błonnik pokarmowy: 36.04 g; suma cukrów prostych: 55.98 g; Woda: 1618.97 g; Popiół: 22.09 g;		
czwartek 2026-10-15		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze szpizarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g , Gruszka 150g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mizeria z jogurtem naturalnym 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Papryka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębową drobiową 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2130.07 kcal; Energia: 8932.25 kJ; Białko ogółem: 95.86 g; białko zwierzęce: 63.14 g; białko roślinne: 32.26 g; Tłuszcz: 70.98 g; Węglowodany ogółem: 301.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.15 g; Sód: 2754.77 mg; Potas: 4682.58 mg; Wapń: 1036.21 mg; Fosfor: 1656.08 mg; Błonnik pokarmowy: 27.75 g; suma cukrów prostych: 53.38 g; Woda: 1673.79 g; Popiół: 19.90 g;		
czwartek 2026-10-15		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze szpizarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g , Jabłko pieczone 145g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Dynia duszona, skropiona olejem 200g , Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębową drobiową 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2143.80 kcal; Energia: 8982.75 kJ; Białko ogółem: 92.15 g; białko zwierzęce: 60.23 g; białko roślinne: 31.47 g; Tłuszcz: 81.53 g; Węglowodany ogółem: 295.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.19 g; Sód: 2966.40 mg; Potas: 4980.04 mg; Wapń: 1010.42 mg; Fosfor: 1713.57 mg; Błonnik pokarmowy: 36.63 g; suma cukrów prostych: 57.44 g; Woda: 1542.98 g; Popiół: 20.60 g;		
czwartek 2026-10-15		
Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze szpizarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g , Gruszka 150g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mizeria z jogurtem naturalnym 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Papryka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębową drobiową 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2230.46 kcal; Energia: 9349.74 kJ; Białko ogółem: 97.13 g; białko zwierzęce: 62.04 g; białko roślinne: 34.64 g; Tłuszcz: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 315.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.96 g; Sód: 2571.78 mg; Potas: 4451.86 mg; Wapń: 978.35 mg; Fosfor: 1493.78 mg; Błonnik pokarmowy: 22.20 g; suma cukrów prostych: 50.80 g; Woda: 1642.87 g; Popiół: 18.62 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-15		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor bez skórki 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Serek włoski 40g (MLEKO), Sałata 10g, Mus owocowy 120g 1szt,	Rosół z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, 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 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1915.90 kcal; Energia: 8022.83 kJ; Białko ogółem: 95.13 g; białko zwierzęce: 63.36 g; białko roślinne: 31.78 g; Tłuszcz: 49.48 g; Węglowodany ogółem: 294.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.61 g; Sód: 3189.02 mg; Potas: 4581.28 mg; Wapń: 939.97 mg; Fosfor: 1632.98 mg; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; suma cukrów prostych: 72.53 g; Woda: 1454.25 g; Popiół: 20.42 g;		
czwartek 2026-10-15		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Schab ze szpizarni 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g, Jabłko 1szt,	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Dynia duszona, skropiona olejem 200g, Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka dębowa drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2245.72 kcal; Energia: 9411.11 kJ; Białko ogółem: 102.40 g; białko zwierzęce: 70.56 g; białko roślinne: 31.39 g; Tłuszcz: 84.88 g; Węglowodany ogółem: 303.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.76 g; Sód: 3224.01 mg; Potas: 5301.81 mg; Wapń: 1230.76 mg; Fosfor: 1901.30 mg; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; suma cukrów prostych: 66.22 g; Woda: 1707.02 g; Popiół: 22.09 g;		
czwartek 2026-10-15		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta mięsna z warzywami 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Seler duszony puree 50g (SELER),	Zupa szpinakowa z ryżem zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane mielone 90g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g, Dynia duszona puree, z dodatkiem oleju 200g, Kompot owocowy 300ml,	Zupa szpinakowa z ryżem zmięszana 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 150g 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2093.45 kcal; Energia: 8772.44 kJ; Białko ogółem: 87.99 g; białko zwierzęce: 56.37 g; białko roślinne: 31.38 g; Tłuszcz: 79.82 g; Węglowodany ogółem: 283.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.99 g; Sód: 2546.72 mg; Potas: 5028.04 mg; Wapń: 1245.09 mg; Fosfor: 1781.23 mg; Błonnik pokarmowy: 29.43 g; suma cukrów prostych: 63.73 g; Woda: 1635.99 g; Popiół: 22.67 g;		
piątek 2026-10-16		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 50g, Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Parówka drobiowa min. 75% 80g, Sałatka jarzynowa 100g, Ser mozzarella light (kulka) 40g, Sałata 10g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Ketchup 17g 1szt,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj panierowany z pieca 90g (GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), 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, Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka drobiowa gotowana 40g, Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2059.43 kcal; Energia: 8634.64 kJ; Białko ogółem: 99.41 g; białko zwierzęce: 57.79 g; białko roślinne: 33.24 g; Tłuszcz: 68.21 g; Węglowodany ogółem: 287.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.75 g; Sód: 3271.89 mg; Potas: 4316.43 mg; Wapń: 1019.14 mg; Fosfor: 1627.07 mg; Błonnik pokarmowy: 29.70 g; suma cukrów prostych: 51.28 g; Woda: 1569.10 g; Popiół: 21.10 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-16 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Salátka jarzynowa 100g , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Salata 10g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Ketchup 17g 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 30g , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2066.08 kcal; Energia: 8662.54 kJ; Białko ogółem: 109.49 g; białko zwierzęce: 68.78 g; białko roślinne: 32.34 g; Tłuszcz: 66.09 g; Węglowodany ogółem: 288.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.75 g; Sód: 3605.64 mg; Potas: 4715.77 mg; Wapń: 1119.18 mg; Fosfor: 1841.42 mg; Błonnik pokarmowy: 33.06 g; suma cukrów prostych: 56.13 g; Woda: 1617.52 g; Popiół: 22.36 g;		
piątek 2026-10-16 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Salátka jarzynowa 100g , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Salata 10g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Ketchup 17g 1szt ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 180g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2112.36 kcal; Energia: 8854.46 kJ; Białko ogółem: 103.00 g; białko zwierzęce: 56.70 g; białko roślinne: 37.93 g; Tłuszcz: 62.86 g; Węglowodany ogółem: 306.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.75 g; Sód: 2659.25 mg; Potas: 3889.36 mg; Wapń: 972.12 mg; Fosfor: 1529.18 mg; Błonnik pokarmowy: 28.46 g; suma cukrów prostych: 50.30 g; Woda: 1492.70 g; Popiół: 18.77 g;		
piątek 2026-10-16 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor bez skóry 80g , Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 30g , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2008.95 kcal; Energia: 8415.82 kJ; Białko ogółem: 109.30 g; białko zwierzęce: 74.39 g; białko roślinne: 34.91 g; Tłuszcz: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 330.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.20 g; Sód: 3348.30 mg; Potas: 5431.07 mg; Wapń: 1044.35 mg; Fosfor: 1849.98 mg; Błonnik pokarmowy: 26.13 g; suma cukrów prostych: 78.53 g; Woda: 1788.39 g; Popiół: 22.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-16		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Sałatka jarzynowa 100g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Ketchup 17g 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 5g , Szyńka drobiowa 30g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka drobiowa gotowana 30g , Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2191.81 kcal; Energia: 9191.53 kJ; Białko ogółem: 118.88 g; białko zwierzęce: 75.17 g; białko roślinne: 33.36 g; Tłuszcz: 70.14 g; Węglowodany ogółem: 304.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.25 g; Sód: 3540.24 mg; Potas: 4794.17 mg; Wapń: 1151.18 mg; Fosfor: 1899.62 mg; Błonnik pokarmowy: 36.75 g; suma cukrów prostych: 57.01 g; Woda: 1616.02 g; Popiół: 22.54 g;		
piątek 2026-10-16		
Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet rybny z mintaja 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Bukiet jarzyn puree, skropiony olejem 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 250ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Herbata z cytryną 300ml , Marchewka z groszkiem puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1747.82 kcal; Energia: 7321.11 kJ; Białko ogółem: 76.00 g; białko zwierzęce: 43.77 g; białko roślinne: 32.11 g; Tłuszcz: 48.18 g; Węglowodany ogółem: 277.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.75 g; Sód: 2189.01 mg; Potas: 4896.04 mg; Wapń: 1048.34 mg; Fosfor: 1495.93 mg; Błonnik pokarmowy: 28.29 g; suma cukrów prostych: 52.63 g; Woda: 1554.31 g; Popiół: 19.87 g;		
sobota 2026-10-17		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Kakao 300ml (MLEKO), Pomidor 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Twarożek z rzodkiewką 2500g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sałata 10g , Jabłko 150g ,	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 szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza gryczana gotowana 150g , 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 , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 5297.52 kcal; Energia: 22150.93 kJ; Białko ogółem: 458.23 g; białko zwierzęce: 401.87 g; białko roślinne: 55.91 g; Tłuszcz: 197.23 g; Węglowodany ogółem: 464.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 104.35 g; Sód: 3341.92 mg; Potas: 8611.46 mg; Wapń: 2945.04 mg; Fosfor: 6330.07 mg; Błonnik pokarmowy: 50.98 g; suma cukrów prostych: 100.88 g; Woda: 3468.58 g; Popiół: 41.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-17		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Twarożek z pietruszką 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salata 10g , Jabłko pieczone 150g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Marchew duszona, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2312.94 kcal; Energia: 9697.33 kJ; Białko ogółem: 101.41 g; białko zwierzęce: 67.21 g; białko roślinne: 33.74 g; Tłuszcz: 75.71 g; Węglowodany ogółem: 345.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.61 g; Sód: 2028.98 mg; Potas: 4302.33 mg; Wapń: 926.26 mg; Fosfor: 1836.79 mg; Błonnik pokarmowy: 41.43 g; suma cukrów prostych: 46.82 g; Woda: 1399.76 g; Popiół: 17.34 g;		
sobota 2026-10-17		
Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pomidor 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Twarożek z rzodkiewką 2500g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Salata 10g , Jabłko 150g ,	zupa pieczarkowa z ziemniakami 350g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza gryczana gotowana 150g , Kapusta czerwona gotowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 5372.52 kcal; Energia: 22461.11 kJ; Białko ogółem: 458.23 g; białko zwierzęce: 400.47 g; białko roślinne: 57.31 g; Tłuszcz: 196.73 g; Węglowodany ogółem: 476.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 103.97 g; Sód: 2843.92 mg; Potas: 8354.46 mg; Wapń: 2873.04 mg; Fosfor: 6152.07 mg; Błonnik pokarmowy: 45.18 g; suma cukrów prostych: 104.18 g; Woda: 3430.18 g; Popiół: 38.93 g;		
sobota 2026-10-17		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skóry 100g , Pasta z kurczaka i marchewki 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębową drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g , Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Jabłko pieczone 150g ,	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 szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1933.68 kcal; Energia: 8100.16 kJ; Białko ogółem: 95.95 g; białko zwierzęce: 53.58 g; białko roślinne: 32.87 g; Tłuszcz: 59.69 g; Węglowodany ogółem: 281.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.49 g; Sód: 2715.77 mg; Potas: 5020.58 mg; Wapń: 770.90 mg; Fosfor: 1435.42 mg; Błonnik pokarmowy: 31.76 g; suma cukrów prostych: 41.88 g; Woda: 1596.75 g; Popiół: 18.55 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-17 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Twarożek z pietruszką 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g , Jabłko pieczone 150g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Marchew duszona, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Polędwica premium 50g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2489.29 kcal; Energia: 10432.63 kJ; Białko ogółem: 117.83 g; białko zwierzęce: 83.53 g; białko roślinne: 33.85 g; Tłuszcz: 82.27 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.74 g; Sód: 2180.41 mg; Potas: 4556.63 mg; Wapń: 1061.57 mg; Fosfor: 2043.62 mg; Błonnik pokarmowy: 41.62 g; suma cukrów prostych: 58.27 g; Woda: 1533.57 g; Popiół: 18.66 g;		
sobota 2026-10-17 Dieta: GLIWICE DIETA PĄPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą zmięszana 250ml (MLEKO, GLUTEN), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z kurczaka i marchewki 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Marchewka z groszkiem puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 200g (MLEKO), Marchew duszona puree, z dodatkiem oleju 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Herbata z cytryną 300ml , Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2016.43 kcal; Energia: 8450.15 kJ; Białko ogółem: 90.21 g; białko zwierzęce: 61.95 g; białko roślinne: 28.14 g; Tłuszcz: 83.86 g; Węglowodany ogółem: 251.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.92 g; Sód: 2241.49 mg; Potas: 5237.40 mg; Wapń: 1029.62 mg; Fosfor: 1698.12 mg; Błonnik pokarmowy: 27.05 g; suma cukrów prostych: 50.81 g; Woda: 1622.21 g; Popiół: 20.17 g;		
niedziela 2026-10-18 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Pomidor 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa gotowana 40g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Surówka colesław, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2183.60 kcal; Energia: 9149.80 kJ; Białko ogółem: 98.64 g; białko zwierzęce: 60.44 g; białko roślinne: 33.45 g; Tłuszcz: 76.30 g; Węglowodany ogółem: 297.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.59 g; Sód: 2024.99 mg; Potas: 4567.40 mg; Wapń: 774.10 mg; Fosfor: 1436.44 mg; Błonnik pokarmowy: 31.65 g; suma cukrów prostych: 38.94 g; Woda: 1447.77 g; Popiół: 17.68 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-18 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa gotowana 40g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Szpinak gotowany, skropiony olejem 200g (MLEKO), Kompot owocowy 300ml , Udko z kurczaka b/k duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA),	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 owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2102.01 kcal; Energia: 8813.52 kJ; Białko ogółem: 113.54 g; białko zwierzęce: 75.23 g; białko roślinne: 33.56 g; Tłuszcz: 70.86 g; Węglowodany ogółem: 280.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.09 g; Sód: 2481.47 mg; Potas: 5090.85 mg; Wapń: 849.46 mg; Fosfor: 1753.72 mg; Błonnik pokarmowy: 35.60 g; suma cukrów prostych: 39.91 g; Woda: 1573.45 g; Popiół: 21.66 g;		
niedziela 2026-10-18 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pomidor 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa gotowana 40g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Surówka colesław, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2293.60 kcal; Energia: 9602.98 kJ; Białko ogółem: 107.84 g; białko zwierzęce: 72.04 g; białko roślinne: 35.35 g; Tłuszcz: 84.00 g; Węglowodany ogółem: 293.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.84 g; Sód: 1749.99 mg; Potas: 4611.40 mg; Wapń: 810.10 mg; Fosfor: 1417.44 mg; Błonnik pokarmowy: 22.95 g; suma cukrów prostych: 30.54 g; Woda: 1492.87 g; Popiół: 17.08 g;		
niedziela 2026-10-18 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skóry 100g , Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka drobiowa gotowana 50g , Salata 10g ,	Udko z kurczaka b/k duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2042.46 kcal; Energia: 8556.99 kJ; Białko ogółem: 111.54 g; białko zwierzęce: 71.63 g; białko roślinne: 35.61 g; Tłuszcz: 58.70 g; Węglowodany ogółem: 288.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.70 g; Sód: 2192.31 mg; Potas: 5017.17 mg; Wapń: 756.80 mg; Fosfor: 1564.18 mg; Błonnik pokarmowy: 30.52 g; suma cukrów prostych: 40.57 g; Woda: 1526.97 g; Popiół: 19.24 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-18 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka drobiowa gotowana 50g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Szpinak gotowany, skropiony olejem 200g (MLEKO), Kompot owocowy 300ml , Udko z kurczaka b/k duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2273.62 kcal; Energia: 9532.45 kJ; Białko ogółem: 128.11 g; białko zwierzęce: 89.81 g; białko roślinne: 33.56 g; Tłuszcz: 82.06 g; Węglowodany ogółem: 283.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.63 g; Sód: 2528.47 mg; Potas: 5207.85 mg; Wapń: 947.46 mg; Fosfor: 1893.72 mg; Błonnik pokarmowy: 35.60 g; suma cukrów prostych: 41.91 g; Woda: 1646.05 g; Popiół: 22.36 g;		
niedziela 2026-10-18 Dieta: GLIWICE DIETA PĄPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z wędliny 80g (SELER, GORCZYCA), Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Marchew duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Rosół z makaronem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g , Szpinak gotowany puree 200g (MLEKO), Kompot owocowy 300ml ,	Rosół z makaronem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Herbata z cytryną 300ml , Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta z serka włoskiego 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2011.76 kcal; Energia: 8416.36 kJ; Białko ogółem: 99.76 g; białko zwierzęce: 59.73 g; białko roślinne: 35.28 g; Tłuszcz: 65.56 g; Węglowodany ogółem: 278.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.15 g; Sód: 2607.45 mg; Potas: 4716.51 mg; Wapń: 995.73 mg; Fosfor: 1575.06 mg; Błonnik pokarmowy: 30.05 g; suma cukrów prostych: 51.50 g; Woda: 1614.17 g; Popiół: 21.97 g;		
poniedziałek 2026-10-19 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka drobiowa gotowana 40g , Papryka 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Sałata 10g ,	Zupa dyniowa z zacierką 350ml (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 , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Hummus z dodatkiem oleju 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szyńka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2168.73 kcal; Energia: 9085.57 kJ; Białko ogółem: 100.94 g; białko zwierzęce: 56.61 g; białko roślinne: 36.48 g; Tłuszcz: 68.68 g; Węglowodany ogółem: 311.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.77 g; Sód: 2755.89 mg; Potas: 4421.86 mg; Wapń: 1116.45 mg; Fosfor: 1591.66 mg; Błonnik pokarmowy: 29.70 g; suma cukrów prostych: 55.24 g; Woda: 1504.10 g; Popiół: 20.42 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-19 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g, Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Szyunka drobiowa gotowana 40g, Salata 10g,	Zupa dyniowa z zacierką 350ml (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, Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szyunka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta twarogowa z koperkiem 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2091.89 kcal; Energia: 8760.42 kJ; Białko ogółem: 101.36 g; białko zwierzęce: 61.68 g; białko roślinne: 34.82 g; Tłuszcz: 67.51 g; Węglowodany ogółem: 298.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.83 g; Sód: 3071.21 mg; Potas: 4665.76 mg; Wapń: 1169.12 mg; Fosfor: 1698.77 mg; Błonnik pokarmowy: 31.66 g; suma cukrów prostych: 57.42 g; Woda: 1487.49 g; Popiół: 21.41 g;		
poniedziałek 2026-10-19 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 50g, Masło śmietankowe 60% 15g, Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g, Papryka 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Szyunka drobiowa gotowana 40g, Salata 10g, Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO),	Zupa dyniowa z zacierką 350ml (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, Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml,	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Hummus z dodatkiem oleju 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ogórek zielony 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szyunka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2325.73 kcal; Energia: 9740.75 kJ; Białko ogółem: 106.04 g; białko zwierzęce: 55.51 g; białko roślinne: 42.68 g; Tłuszcz: 68.18 g; Węglowodany ogółem: 344.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.39 g; Sód: 2271.89 mg; Potas: 4290.86 mg; Wapń: 1064.45 mg; Fosfor: 1536.66 mg; Błonnik pokarmowy: 29.65 g; suma cukrów prostych: 54.14 g; Woda: 1474.30 g; Popiół: 18.92 g;		
poniedziałek 2026-10-19 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szyunka drobiowa gotowana 40g, Pomidor bez skórki 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g, Salata 10g,	Rosół z kaszą manną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka gotowana 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Seler duszony 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szyunka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor bez skóry 100g, Herbata z cytryną 300ml, Twaróg krajanka plaster 40g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1982.31 kcal; Energia: 8300.57 kJ; Białko ogółem: 108.56 g; białko zwierzęce: 67.89 g; białko roślinne: 36.27 g; Tłuszcz: 52.07 g; Węglowodany ogółem: 296.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.11 g; Sód: 4043.43 mg; Potas: 4682.63 mg; Wapń: 1030.11 mg; Fosfor: 1750.43 mg; Błonnik pokarmowy: 30.57 g; suma cukrów prostych: 55.39 g; Woda: 1536.91 g; Popiół: 23.85 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-19 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka drobiowa gotowana 40g , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa dyniowa z zacierką 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LUBIN, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 5g , Szyńka drobiowa 50g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z koperkiem 40g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Szyńka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2246.33 kcal; Energia: 9410.76 kJ; Białko ogółem: 113.04 g; białko zwierzęce: 71.37 g; białko roślinne: 36.74 g; Tłuszcz: 72.01 g; Węglowodany ogółem: 315.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.93 g; Sód: 3220.31 mg; Potas: 4738.66 mg; Wapń: 1187.12 mg; Fosfor: 1749.47 mg; Błonnik pokarmowy: 33.40 g; suma cukrów prostych: 58.20 g; Woda: 1497.39 g; Popiół: 22.04 g;		
poniedziałek 2026-10-19 Dieta: GLIWICE DIETA PĄPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmięszowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 60g (SELER, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa dyniowa z zacierką zmięszowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g , Seler duszony puree, skropione olejem 200g (SELER), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa dyniowa z zacierką zmięszowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta twarogowa z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Herbata z cytryną 300ml , Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1882.04 kcal; Energia: 7880.23 kJ; Białko ogółem: 90.12 g; białko zwierzęce: 55.89 g; białko roślinne: 33.99 g; Tłuszcz: 57.77 g; Węglowodany ogółem: 280.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.82 g; Sód: 3739.01 mg; Potas: 5230.02 mg; Wapń: 1124.76 mg; Fosfor: 1752.80 mg; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; suma cukrów prostych: 58.53 g; Woda: 1657.44 g; Popiół: 24.73 g;		
wtorek 2026-10-20 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z komina 40g , Pomidor 100g , Nektarynka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Sałata 10g ,	Zupa brokułowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera i ananasa z słonecznikiem, skropiona olejem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2120.06 kcal; Energia: 8548.31 kJ; Białko ogółem: 95.95 g; białko zwierzęce: 44.25 g; białko roślinne: 32.78 g; Tłuszcz: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 308.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.21 g; Sód: 2384.75 mg; Potas: 4635.20 mg; Wapń: 853.13 mg; Fosfor: 1472.46 mg; Błonnik pokarmowy: 34.53 g; suma cukrów prostych: 61.13 g; Woda: 1561.62 g; Popiół: 18.51 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-20 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z komina 40g , Pomidor 100g , Nektarynka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Salata 10g ,	Zupa brokułowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera i ananasa, skropiona olejem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Ser mozzarella light (kulka) 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1987.80 kcal; Energia: 8334.14 kJ; Białko ogółem: 93.03 g; białko zwierzęce: 46.37 g; białko roślinne: 30.70 g; Tłuszcz: 62.88 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.81 g; Sód: 2858.48 mg; Potas: 4788.77 mg; Wapń: 936.42 mg; Fosfor: 1637.34 mg; Błonnik pokarmowy: 37.04 g; suma cukrów prostych: 63.43 g; Woda: 1574.10 g; Popiół: 20.46 g;		
wtorek 2026-10-20 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z komina 40g , Pomidor 100g , Nektarynka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Salata 10g ,	Zupa brokułowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera i ananasa z słończnikiem, skropiona olejem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2173.06 kcal; Energia: 8767.49 kJ; Białko ogółem: 96.25 g; białko zwierzęce: 43.15 g; białko roślinne: 34.18 g; Tłuszcz: 69.08 g; Węglowodany ogółem: 314.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.88 g; Sód: 1890.75 mg; Potas: 4392.20 mg; Wapń: 793.13 mg; Fosfor: 1303.46 mg; Błonnik pokarmowy: 28.73 g; suma cukrów prostych: 58.53 g; Woda: 1528.62 g; Popiół: 16.41 g;		
wtorek 2026-10-20 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z komina 40g , Pomidor bez skóry 100g , Mus owocowy 120g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Salata 10g ,	Rosółek z kaszą jaglaną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Ser mozzarella light (kulka) 40g , Kurczak gotowany z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1887.34 kcal; Energia: 7899.84 kJ; Białko ogółem: 93.17 g; białko zwierzęce: 43.62 g; białko roślinne: 34.05 g; Tłuszcz: 53.03 g; Węglowodany ogółem: 278.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.70 g; Sód: 2696.54 mg; Potas: 4121.65 mg; Wapń: 678.46 mg; Fosfor: 1328.81 mg; Błonnik pokarmowy: 23.45 g; suma cukrów prostych: 56.12 g; Woda: 1438.90 g; Popiół: 18.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-20Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynga z komina 40g , Pasta jajeczna 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Nektarynka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Salata 10g ,	Zupa brokułowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera i ananasa, skropiona olejem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Kurczak gotowany z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2245.30 kcal; Energia: 9411.86 kJ; Białko ogółem: 112.31 g; białko zwierzęce: 65.64 g; białko roślinne: 30.71 g; Tłuszcz: 81.58 g; Węglowodany ogółem: 299.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.10 g; Sód: 2994.01 mg; Potas: 4977.75 mg; Wapń: 1060.24 mg; Fosfor: 1887.49 mg; Błonnik pokarmowy: 37.04 g; suma cukrów prostych: 65.49 g; Woda: 1701.49 g; Popiół: 21.73 g;		
wtorek 2026-10-20Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Bukiet jarzyn puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa brokułowa z ryżem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Cukinia duszona puree, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa brokułowa 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 kurczaka i marchewki 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata z cytryną 300ml , Buraki gotowane puree 50g , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2122.61 kcal; Energia: 8890.45 kJ; Białko ogółem: 81.33 g; białko zwierzęce: 48.73 g; białko roślinne: 32.36 g; Tłuszcz: 84.10 g; Węglowodany ogółem: 286.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.65 g; Sód: 2712.21 mg; Potas: 4974.04 mg; Wapń: 1004.14 mg; Fosfor: 1603.79 mg; Błonnik pokarmowy: 28.30 g; suma cukrów prostych: 54.28 g; Woda: 1659.82 g; Popiół: 21.39 g;		

Dietetyk

.....