Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-11	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Chleb razowy 50g , Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek z pietruszką 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor 50g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Zupa barszcz biały z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś z kurczaka pieczona 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), 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 , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Pasta rybna z łososia z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Papryka 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1978.84 kcal; Energia: 8126.09 kJ; Białko ogółem: 107.08 g; białko zwierzęce: 68.10 g; białko roślinne: 30.53 g; Tłuszcz: 56.07 g; Węglowodany ogółem: 286.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.01 g; Sód: 2723.22 mg; Potas: 4386.94 mg; Wapń: 927.40 mg; Fosfor: 1663.03 mg; Błonnik pokarmowy: 27.85 g; suma cukrów prostych: 65.05 g; Woda: 1308.46 g; Popiół: 18.38 g;		
środa 2026-11-11	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Twarożek z pietruszką 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), Sałata 10g , Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś z kurczaka pieczona 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), 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 , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Sałata 10g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1948.57 kcal; Energia: 7999.47 kJ; Białko ogółem: 105.52 g; białko zwierzęce: 66.94 g; białko roślinne: 30.13 g; Tłuszcz: 54.76 g; Węglowodany ogółem: 286.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.73 g; Sód: 2955.21 mg; Potas: 4622.17 mg; Wapń: 949.40 mg; Fosfor: 1728.97 mg; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; suma cukrów prostych: 66.51 g; Woda: 1331.21 g; Popiół: 19.50 g;		
środa 2026-11-11	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek z pietruszką 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Sałata 10g , Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Zupa barszcz biały z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś z kurczaka pieczona 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Bukiet jarzyn 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Papryka 50g , Sałata 10g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1758.04 kcal; Energia: 7199.53 kJ; Białko ogółem: 99.80 g; białko zwierzęce: 66.45 g; białko roślinne: 24.90 g; Tłuszcz: 54.18 g; Węglowodany ogółem: 233.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.51 g; Sód: 1979.42 mg; Potas: 4029.14 mg; Wapń: 838.60 mg; Fosfor: 1410.58 mg; Błonnik pokarmowy: 19.22 g; suma cukrów prostych: 61.16 g; Woda: 1263.68 g; Popiół: 15.28 g;		
środa 2026-11-11	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Twarożek z pietruszką 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), Sałata 10g , Pomidor bez skórki 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Rosół z zacierką 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 , Marchew duszona 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Pomidor bez skórki 50g , Sałata 10g , Herbata z cytryną 300ml , Serek włoski 40g (***MLEKO***), **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1748.57 kcal; Energia: 7152.16 kJ; Białko ogółem: 101.76 g; białko zwierzęce: 65.94 g; białko roślinne: 27.82 g; Tłuszcz: 39.43 g; Węglowodany ogółem: 265.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.86 g; Sód: 2709.43 mg; Potas: 3961.84 mg; Wapń: 876.30 mg; Fosfor: 1509.63 mg; Błonnik pokarmowy: 22.69 g; suma cukrów prostych: 64.92 g; Woda: 1297.39 g; Popiół: 16.61 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-11	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek z pietruszką 70g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), Sałata 10g , Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś z kurczaka pieczona 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), 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 , **Podwieczorek:** Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Szynka drobiowa 30g , Masło śmietankowe 60% 5g ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 70g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2204.58 kcal; Energia: 9073.80 kJ; Białko ogółem: 126.43 g; białko zwierzęce: 85.84 g; białko roślinne: 32.06 g; Tłuszcz: 66.13 g; Węglowodany ogółem: 305.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.44 g; Sód: 3185.92 mg; Potas: 4867.99 mg; Wapń: 1008.97 mg; Fosfor: 1944.24 mg; Błonnik pokarmowy: 32.44 g; suma cukrów prostych: 68.49 g; Woda: 1388.82 g; Popiół: 20.86 g;		
środa 2026-11-11	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Twarożek 70g (***MLEKO, LAKTOZA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Marchew duszona puree, z dodatkiem oleju 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Zupa ziemniaczana z majerankiem zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g , Ziemniaki gotowane puree 250g (***MLEKO***), Bukiet jarzyn puree, skropiony olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),	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 rybna z łososia z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), BUkiet jarzyn puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1962.23 kcal; Energia: 8219.02 kJ; Białko ogółem: 97.13 g; białko zwierzęce: 63.34 g; białko roślinne: 33.56 g; Tłuszcz: 55.59 g; Węglowodany ogółem: 294.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.03 g; Sód: 2243.47 mg; Potas: 5352.51 mg; Wapń: 1079.83 mg; Fosfor: 1750.34 mg; Błonnik pokarmowy: 29.70 g; suma cukrów prostych: 70.31 g; Woda: 1690.86 g; Popiół: 21.50 g;		
czwartek 2026-11-12	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab maryny 40g , Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Ogórek zielony 50g , Sałata 10g , Gruszka 150g , Kakao 300ml (***MLEKO***),	Zupa ogórkowa z ryżem 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***), 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 , Filet pieczony premium 40g (***MLEKO, GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA***), Twarożek ze szczypiorkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2427.75 kcal; Energia: 9704.15 kJ; Białko ogółem: 86.62 g; białko zwierzęce: 46.28 g; białko roślinne: 35.73 g; Tłuszcz: 91.55 g; Węglowodany ogółem: 348.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.28 g; Sód: 2630.10 mg; Potas: 3128.81 mg; Wapń: 870.42 mg; Fosfor: 1604.52 mg; Błonnik pokarmowy: 35.01 g; suma cukrów prostych: 38.56 g; Woda: 1285.44 g; Popiół: 16.89 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-12	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab maryny 40g , Pasta jajeczna z koperkiem 40g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g , Banan 150g ,	Zupa koperkowa z ryżem 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***), Dynia duszona, skropiona olejem 200g , Kompot owocowy 300ml , Kasza jęczmienna gotowana 150g (***GLUTEN***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Filet pieczony premium 40g (***MLEKO, GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Twarożek z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2416.29 kcal; Energia: 10128.76 kJ; Białko ogółem: 85.49 g; białko zwierzęce: 48.35 g; białko roślinne: 36.69 g; Tłuszcz: 77.42 g; Węglowodany ogółem: 378.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.94 g; Sód: 2292.44 mg; Potas: 4190.53 mg; Wapń: 909.27 mg; Fosfor: 1726.39 mg; Błonnik pokarmowy: 36.37 g; suma cukrów prostych: 64.83 g; Woda: 1238.15 g; Popiół: 17.35 g;		
czwartek 2026-11-12	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (***GLUTEN, JAJA, ŻYTO***), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab maryny 40g , Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Ogórek zielony 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g , Gruszka 150g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 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***), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kasza jęczmienna gotowana 150g (***GLUTEN***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Filet pieczony premium 40g (***MLEKO, GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Twarożek ze szczypiorkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2627.39 kcal; Energia: 10537.76 kJ; Białko ogółem: 92.78 g; białko zwierzęce: 45.38 g; białko roślinne: 42.79 g; Tłuszcz: 92.60 g; Węglowodany ogółem: 387.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.78 g; Sód: 2211.50 mg; Potas: 3022.57 mg; Wapń: 828.89 mg; Fosfor: 1561.43 mg; Błonnik pokarmowy: 35.20 g; suma cukrów prostych: 37.77 g; Woda: 1264.38 g; Popiół: 15.64 g;		
czwartek 2026-11-12	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor bez skórki 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Ser mozzarella mini light 40g , Sałata 10g , Mus owocowy 120g 1szt ,	Rosołek z kaszą manną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Filet pieczony premium 40g (***MLEKO, GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , Twarożek z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1778.19 kcal; Energia: 7444.59 kJ; Białko ogółem: 91.24 g; białko zwierzęce: 59.22 g; białko roślinne: 32.02 g; Tłuszcz: 42.22 g; Węglowodany ogółem: 277.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.39 g; Sód: 3059.22 mg; Potas: 4073.39 mg; Wapń: 821.84 mg; Fosfor: 1464.52 mg; Błonnik pokarmowy: 23.12 g; suma cukrów prostych: 62.47 g; Woda: 1343.62 g; Popiół: 18.56 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-12	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab maryny 40g , Pasta jajeczna z koperkiem 70g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g , Gruszka 150g ,	Zupa koperkowa z ryżem 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***), Dynia duszona, skropiona olejem 200g , Kasza jęczmienna gotowana 150g (***GLUTEN***), Sos koperkowy 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 , Filet pieczony premium 40g (***MLEKO, GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Twarożek z koperkiem 70g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2578.14 kcal; Energia: 10804.57 kJ; Białko ogółem: 107.29 g; białko zwierzęce: 71.23 g; białko roślinne: 35.61 g; Tłuszcz: 95.68 g; Węglowodany ogółem: 356.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.66 g; Sód: 2432.60 mg; Potas: 3722.18 mg; Wapń: 1065.87 mg; Fosfor: 1996.00 mg; Błonnik pokarmowy: 36.62 g; suma cukrów prostych: 45.67 g; Woda: 1368.76 g; Popiół: 17.51 g;		
czwartek 2026-11-12	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą zmiksowana 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***), Bukiet jarzyn zmiksowany 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***),	Rosołek z kaszą manną zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mięso z udka kurczaka gotowane zmielone 90g , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki puree 250g , Dynia duszona puree, z dodatkiem oleju 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Rosołek z kaszą manną zmiksowany 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Twarożek z koperkiem 70g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Dynia duszona puree 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2020.78 kcal; Energia: 8466.26 kJ; Białko ogółem: 88.36 g; białko zwierzęce: 56.30 g; białko roślinne: 31.82 g; Tłuszcz: 72.48 g; Węglowodany ogółem: 281.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.22 g; Sód: 1954.95 mg; Potas: 4904.91 mg; Wapń: 1139.70 mg; Fosfor: 1608.56 mg; Błonnik pokarmowy: 29.88 g; suma cukrów prostych: 53.62 g; Woda: 1638.71 g; Popiół: 20.01 g;		
piątek 2026-11-13	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml (***MLEKO***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 40g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Papryka 50g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***),	Zupa grochowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kluski leniwe z masełkiem i bułką tartą 300g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO***), Surówka z marchewki i jabłka z ziarnami, skropiona olejem 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy z czosnkiem niedźwiedzim 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2660.75 kcal; Energia: 10203.00 kJ; Białko ogółem: 108.47 g; białko zwierzęce: 51.52 g; białko roślinne: 41.58 g; Tłuszcz: 101.22 g; Węglowodany ogółem: 362.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.94 g; Sód: 1722.35 mg; Potas: 3140.12 mg; Wapń: 1146.21 mg; Fosfor: 1422.07 mg; Błonnik pokarmowy: 34.71 g; suma cukrów prostych: 59.63 g; Woda: 1402.70 g; Popiół: 14.18 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-13	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor 50g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kluski leniwe z masełkiem i bułką tartą 300g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO***), Surówka z marchewki i jabłka, skropiona olejem 200g , Kompot owocowy 300ml , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek kanapkowy z koperkiem 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2390.86 kcal; Energia: 9855.42 kJ; Białko ogółem: 95.44 g; białko zwierzęce: 49.59 g; białko roślinne: 37.40 g; Tłuszcz: 86.30 g; Węglowodany ogółem: 342.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.49 g; Sód: 2113.09 mg; Potas: 3519.64 mg; Wapń: 1089.84 mg; Fosfor: 1455.99 mg; Błonnik pokarmowy: 35.80 g; suma cukrów prostych: 56.31 g; Woda: 1438.76 g; Popiół: 15.65 g;		
piątek 2026-11-13	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Papryka 100g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 40g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z marchewki i jabłka z ziarnami, skropiona olejem 200g , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy z czosnkiem niedźwiedzim 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z piersi kurczaka 40g , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2584.32 kcal; Energia: 9878.50 kJ; Białko ogółem: 117.53 g; białko zwierzęce: 65.27 g; białko roślinne: 36.88 g; Tłuszcz: 103.03 g; Węglowodany ogółem: 324.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.88 g; Sód: 1773.83 mg; Potas: 4126.26 mg; Wapń: 1083.94 mg; Fosfor: 1535.94 mg; Błonnik pokarmowy: 29.96 g; suma cukrów prostych: 53.08 g; Woda: 1593.83 g; Popiół: 16.46 g;		
piątek 2026-11-13	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Polędwica premium 40g , Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor bez skórki 50g , Serek włoski 40g (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Rosołek z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g , Ziemniaki gotowane 300g , Marchewka gotowana 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek kanapkowy z koperkiem 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2250.53 kcal; Energia: 9260.70 kJ; Białko ogółem: 111.32 g; białko zwierzęce: 66.78 g; białko roślinne: 36.54 g; Tłuszcz: 57.30 g; Węglowodany ogółem: 352.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.96 g; Sód: 2752.40 mg; Potas: 5410.47 mg; Wapń: 1074.71 mg; Fosfor: 1633.77 mg; Błonnik pokarmowy: 34.02 g; suma cukrów prostych: 77.32 g; Woda: 1752.42 g; Popiół: 21.28 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-13	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Pasta z groszku zielonego 70g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor 50g , Sałata 10g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona puree, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Serek kanapkowy z koperkiem 70g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2474.95 kcal; Energia: 10207.08 kJ; Białko ogółem: 115.87 g; białko zwierzęce: 75.45 g; białko roślinne: 31.97 g; Tłuszcz: 106.46 g; Węglowodany ogółem: 294.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.01 g; Sód: 2781.77 mg; Potas: 4966.95 mg; Wapń: 1359.45 mg; Fosfor: 2003.15 mg; Błonnik pokarmowy: 31.93 g; suma cukrów prostych: 65.77 g; Woda: 1759.67 g; Popiół: 21.98 g;		
piątek 2026-11-13	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmiksowana 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 70g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),	Zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany zmielony 90g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane puree 250g (***MLEKO***), Cukinia duszona puree, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Serek kanapkowy z koperkiem 60g (***MLEKO, LAKTOZA***), Buraki gotowane puree, skropione olejem 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1886.93 kcal; Energia: 7546.03 kJ; Białko ogółem: 100.97 g; białko zwierzęce: 56.87 g; białko roślinne: 28.28 g; Tłuszcz: 60.59 g; Węglowodany ogółem: 255.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.38 g; Sód: 2814.54 mg; Potas: 5430.42 mg; Wapń: 999.57 mg; Fosfor: 1547.43 mg; Błonnik pokarmowy: 24.09 g; suma cukrów prostych: 52.95 g; Woda: 1701.14 g; Popiół: 22.03 g;		
sobota 2026-11-14	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Chleb razowy 50g , Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Ogórek zielony 50g , Sałata 10g , Pomarańcza 150g , Kakao 300ml (***MLEKO***),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pałki z kurczaka pieczone 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 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 , Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 40g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Twaróg krajanka plaster 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2120.10 kcal; Energia: 8718.55 kJ; Białko ogółem: 115.79 g; białko zwierzęce: 77.47 g; białko roślinne: 28.71 g; Tłuszcz: 76.42 g; Węglowodany ogółem: 270.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.52 g; Sód: 2688.73 mg; Potas: 4821.99 mg; Wapń: 879.79 mg; Fosfor: 1700.69 mg; Błonnik pokarmowy: 30.29 g; suma cukrów prostych: 45.80 g; Woda: 1536.89 g; Popiół: 19.97 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-14	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomarańcza 150g , Sałata 10g , Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pałki z kurczaka parowane 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 150g , Cukinia duszona, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Serek włoski 40g (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Twaróg krajanka plaster 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1914.92 kcal; Energia: 7861.16 kJ; Białko ogółem: 117.71 g; białko zwierzęce: 83.10 g; białko roślinne: 25.00 g; Tłuszcz: 66.05 g; Węglowodany ogółem: 238.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.73 g; Sód: 2394.38 mg; Potas: 4523.31 mg; Wapń: 830.77 mg; Fosfor: 1773.45 mg; Błonnik pokarmowy: 27.71 g; suma cukrów prostych: 46.80 g; Woda: 1457.26 g; Popiół: 18.25 g;		
sobota 2026-11-14	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Ogórek zielony 50g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomarańcza 150g , Sałata 10g , Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pałki z kurczaka pieczone 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 150g , Surówka colesław, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 40g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Twaróg krajanka plaster 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2135.64 kcal; Energia: 8949.96 kJ; Białko ogółem: 115.70 g; białko zwierzęce: 85.18 g; białko roślinne: 28.91 g; Tłuszcz: 75.91 g; Węglowodany ogółem: 261.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.01 g; Sód: 1724.90 mg; Potas: 4014.49 mg; Wapń: 785.63 mg; Fosfor: 1391.14 mg; Błonnik pokarmowy: 20.09 g; suma cukrów prostych: 41.40 g; Woda: 1408.58 g; Popiół: 15.36 g;		
sobota 2026-11-14	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Pomidor bez skórki 50g , Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Kakao 300ml (***MLEKO***), Mus owocowy 120g 1szt , Sałata 10g , Szynka drobiowa 50g , Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Rosół z lanym ciastem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mięso drobiowe gotowane 100g , Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Serek włoski 40g (***MLEKO***), Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Twaróg krajanka plaster 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1823.10 kcal; Energia: 7632.83 kJ; Białko ogółem: 109.20 g; białko zwierzęce: 78.68 g; białko roślinne: 30.52 g; Tłuszcz: 46.50 g; Węglowodany ogółem: 257.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.60 g; Sód: 2713.98 mg; Potas: 3934.02 mg; Wapń: 656.76 mg; Fosfor: 1503.60 mg; Błonnik pokarmowy: 19.61 g; suma cukrów prostych: 55.03 g; Woda: 1331.11 g; Popiół: 18.00 g;		
sobota 2026-11-14	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomarańcza 150g , Sałata 10g , Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pałki z kurczaka pieczone 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 150g , Cukinia duszona, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Budyn waniliowy bez cukru 250g (***MLEKO***),	Serek włoski 70g (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Twaróg krajanka plaster 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2232.98 kcal; Energia: 9365.39 kJ; Białko ogółem: 135.99 g; białko zwierzęce: 109.76 g; białko roślinne: 24.62 g; Tłuszcz: 74.21 g; Węglowodany ogółem: 279.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.55 g; Sód: 2580.79 mg; Potas: 4809.82 mg; Wapń: 1133.17 mg; Fosfor: 2083.97 mg; Błonnik pokarmowy: 27.14 g; suma cukrów prostych: 72.98 g; Woda: 1649.31 g; Popiół: 20.25 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-14	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 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***), Buraki gotowane puree, skropione olejem 50g , Pasta z serka wiejskiego 70g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś z kurczaka duszona zmielona 70g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane puree 200g (***MLEKO***), Cukinia duszona puree, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Brokuły parowane puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Twaróg krajanka plaster 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1881.88 kcal; Energia: 7887.11 kJ; Białko ogółem: 90.68 g; białko zwierzęce: 58.54 g; białko roślinne: 29.59 g; Tłuszcz: 63.90 g; Węglowodany ogółem: 258.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.94 g; Sód: 2427.68 mg; Potas: 5150.42 mg; Wapń: 988.77 mg; Fosfor: 1582.49 mg; Błonnik pokarmowy: 24.51 g; suma cukrów prostych: 57.95 g; Woda: 1634.63 g; Popiół: 20.53 g;		
niedziela 2026-11-15	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN,ŁUBIN***),	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 , 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 , Pasta twarogowa z rzodkiewką 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Polędwica premium 40g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2093.74 kcal; Energia: 8762.24 kJ; Białko ogółem: 107.73 g; białko zwierzęce: 69.73 g; białko roślinne: 33.26 g; Tłuszcz: 68.77 g; Węglowodany ogółem: 281.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.45 g; Sód: 1949.52 mg; Potas: 4243.69 mg; Wapń: 810.63 mg; Fosfor: 1480.92 mg; Błonnik pokarmowy: 29.93 g; suma cukrów prostych: 31.07 g; Woda: 1385.80 g; Popiół: 17.05 g;		
niedziela 2026-11-15	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Sałata 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 , Pasta twarogowa z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2050.93 kcal; Energia: 8585.04 kJ; Białko ogółem: 108.34 g; białko zwierzęce: 71.96 g; białko roślinne: 31.63 g; Tłuszcz: 70.11 g; Węglowodany ogółem: 274.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.34 g; Sód: 2455.51 mg; Potas: 4512.40 mg; Wapń: 869.78 mg; Fosfor: 1654.34 mg; Błonnik pokarmowy: 35.51 g; suma cukrów prostych: 33.89 g; Woda: 1388.50 g; Popiół: 19.04 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-15	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLEKO***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Sałata 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 , Pasta twarogowa z rzodkiewką 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2190.74 kcal; Energia: 9164.42 kJ; Białko ogółem: 109.73 g; białko zwierzęce: 74.63 g; białko roślinne: 34.66 g; Tłuszcz: 68.22 g; Węglowodany ogółem: 299.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.83 g; Sód: 1544.02 mg; Potas: 4279.69 mg; Wapń: 987.63 mg; Fosfor: 1481.42 mg; Błonnik pokarmowy: 21.13 g; suma cukrów prostych: 45.72 g; Woda: 1474.45 g; Popiół: 16.30 g;		
niedziela 2026-11-15	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pomidor bez skórki 50g , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Serek kanapkowy 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Sałata 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***), Pasta twarogowa z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1909.50 kcal; Energia: 7987.68 kJ; Białko ogółem: 102.91 g; białko zwierzęce: 64.92 g; białko roślinne: 33.69 g; Tłuszcz: 55.73 g; Węglowodany ogółem: 264.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.95 g; Sód: 2267.59 mg; Potas: 4314.10 mg; Wapń: 707.41 mg; Fosfor: 1399.35 mg; Błonnik pokarmowy: 24.37 g; suma cukrów prostych: 30.71 g; Woda: 1348.98 g; Popiół: 17.72 g;		
niedziela 2026-11-15	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Pomidor 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sałata 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 40g , Pasta twarogowa z koperkiem 70g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2146.64 kcal; Energia: 8859.12 kJ; Białko ogółem: 115.75 g; białko zwierzęce: 75.68 g; białko roślinne: 33.55 g; Tłuszcz: 74.07 g; Węglowodany ogółem: 286.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.13 g; Sód: 2658.37 mg; Potas: 4624.96 mg; Wapń: 920.87 mg; Fosfor: 1746.20 mg; Błonnik pokarmowy: 34.25 g; suma cukrów prostych: 35.45 g; Woda: 1421.01 g; Popiół: 20.00 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-15	**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;		
poniedziałek 2026-11-16	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella mini light 40g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Papryka 50g , Sałata 10g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sok NFC 200ml 1szt ,	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***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Kapusta czerwona gotowana 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Pasta z tuńczyka 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2126.58 kcal; Energia: 8032.66 kJ; Białko ogółem: 97.09 g; białko zwierzęce: 57.88 g; białko roślinne: 35.35 g; Tłuszcz: 54.77 g; Węglowodany ogółem: 294.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.01 g; Sód: 2990.10 mg; Potas: 4172.95 mg; Wapń: 724.43 mg; Fosfor: 1396.55 mg; Błonnik pokarmowy: 27.25 g; suma cukrów prostych: 39.06 g; Woda: 1265.45 g; Popiół: 19.47 g;		
poniedziałek 2026-11-16	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella mini light 40g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Sałata 10g , Sok NFC 200ml 1szt ,	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 , Marchewka gotowana, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z tuńczyka 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2110.77 kcal; Energia: 7972.53 kJ; Białko ogółem: 95.67 g; białko zwierzęce: 60.12 g; białko roślinne: 31.70 g; Tłuszcz: 59.22 g; Węglowodany ogółem: 288.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.02 g; Sód: 3434.07 mg; Potas: 4366.22 mg; Wapń: 721.11 mg; Fosfor: 1484.39 mg; Błonnik pokarmowy: 31.79 g; suma cukrów prostych: 43.29 g; Woda: 1330.66 g; Popiół: 19.72 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-16	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (***GLUTEN, JAJA, ŻYTO***), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella mini light 40g , Papryka 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Sałata 10g , Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),	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 , Kapusta czerwona gotowana 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z tuńczyka 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2286.15 kcal; Energia: 8697.40 kJ; Białko ogółem: 105.32 g; białko zwierzęce: 58.55 g; białko roślinne: 42.92 g; Tłuszcz: 54.84 g; Węglowodany ogółem: 325.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.78 g; Sód: 2738.11 mg; Potas: 4400.67 mg; Wapń: 683.57 mg; Fosfor: 1388.28 mg; Błonnik pokarmowy: 28.64 g; suma cukrów prostych: 30.34 g; Woda: 1309.67 g; Popiół: 19.39 g;		
poniedziałek 2026-11-16	**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***), Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (***MLEKO***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), 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 pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, 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 50g , Herbata z cytryną 300ml , Serek kanapkowy z ziołami 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2218.12 kcal; Energia: 8198.91 kJ; Białko ogółem: 101.24 g; białko zwierzęce: 53.14 g; białko roślinne: 34.70 g; Tłuszcz: 63.17 g; Węglowodany ogółem: 295.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.79 g; Sód: 3066.91 mg; Potas: 4251.17 mg; Wapń: 679.77 mg; Fosfor: 1420.88 mg; Błonnik pokarmowy: 27.18 g; suma cukrów prostych: 46.74 g; Woda: 1357.58 g; Popiół: 18.74 g;		
poniedziałek 2026-11-16	**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 mini light 70g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g , Sok NFC 200ml 1szt ,	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 , Marchewka gotowana, 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 50g , Pasta z tuńczyka 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2202.57 kcal; Energia: 8355.32 kJ; Białko ogółem: 115.17 g; białko zwierzęce: 80.49 g; białko roślinne: 30.83 g; Tłuszcz: 60.85 g; Węglowodany ogółem: 287.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.36 g; Sód: 3502.40 mg; Potas: 4619.16 mg; Wapń: 869.50 mg; Fosfor: 1712.28 mg; Błonnik pokarmowy: 31.55 g; suma cukrów prostych: 48.77 g; Woda: 1479.58 g; Popiół: 20.98 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-16	**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 , Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kakao 300ml (***MLEKO***),	Zupa pomidorowa z ryżem zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy zmielony 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki puree 250g , Marchewka gotowana puree 200g (***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: 2179.55 kcal; Energia: 8253.72 kJ; Białko ogółem: 90.28 g; białko zwierzęce: 55.02 g; białko roślinne: 31.61 g; Tłuszcz: 70.81 g; Węglowodany ogółem: 283.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.88 g; Sód: 2773.30 mg; Potas: 5054.43 mg; Wapń: 991.90 mg; Fosfor: 1609.48 mg; Błonnik pokarmowy: 29.90 g; suma cukrów prostych: 48.65 g; Woda: 1550.75 g; Popiół: 21.78 g;		
wtorek 2026-11-17	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasztet drobiowy pieczony z suszonymi śliwkami 40g , Pomidor 50g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***),	Zupa brokułowa 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 gryczana gotowana 150g , Surówka z kapusty białej z zieleniną i słonecznikiem, skropiona olejem 200g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Rzodkiewka 50g , Serek kanapkowy 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2320.26 kcal; Energia: 9727.28 kJ; Białko ogółem: 108.20 g; białko zwierzęce: 63.86 g; białko roślinne: 43.89 g; Tłuszcz: 82.77 g; Węglowodany ogółem: 319.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.80 g; Sód: 2496.51 mg; Potas: 4491.89 mg; Wapń: 1230.40 mg; Fosfor: 2391.73 mg; Błonnik pokarmowy: 35.86 g; suma cukrów prostych: 48.22 g; Woda: 1404.06 g; Popiół: 21.99 g;		
wtorek 2026-11-17	**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 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sałata 10g , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***),	Zupa brokułowa 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 ,	Serek kanapkowy 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2293.89 kcal; Energia: 9448.76 kJ; Białko ogółem: 99.45 g; białko zwierzęce: 57.45 g; białko roślinne: 33.55 g; Tłuszcz: 84.49 g; Węglowodany ogółem: 315.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.85 g; Sód: 2210.40 mg; Potas: 4180.75 mg; Wapń: 1011.32 mg; Fosfor: 1888.69 mg; Błonnik pokarmowy: 33.04 g; suma cukrów prostych: 46.22 g; Woda: 1384.55 g; Popiół: 18.36 g;		
wtorek 2026-11-17	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasztet drobiowy pieczony z suszonymi śliwkami 40g , Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sałata 10g , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***),	Zupa brokułowa 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 gryczana gotowana 150g , Surówka z kapusty białej z zieleniną i słonecznikiem, skropiona olejem 200g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml ,	Serek kanapkowy 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2494.26 kcal; Energia: 10451.64 kJ; Białko ogółem: 112.00 g; białko zwierzęce: 65.66 g; białko roślinne: 45.89 g; Tłuszcz: 83.67 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.23 g; Sód: 1374.51 mg; Potas: 3931.89 mg; Wapń: 1260.40 mg; Fosfor: 2147.73 mg; Błonnik pokarmowy: 23.16 g; suma cukrów prostych: 54.42 g; Woda: 1324.36 g; Popiół: 17.79 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-17	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor bez skórki 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Ser mozzarella mini light 40g , 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 pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Twarożek z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 1694.96 kcal; Energia: 6928.80 kJ; Białko ogółem: 96.00 g; białko zwierzęce: 55.66 g; białko roślinne: 32.34 g; Tłuszcz: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 258.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.38 g; Sód: 2926.05 mg; Potas: 4605.31 mg; Wapń: 894.85 mg; Fosfor: 1553.29 mg; Błonnik pokarmowy: 21.97 g; suma cukrów prostych: 44.32 g; Woda: 1547.61 g; Popiół: 20.52 g;		
wtorek 2026-11-17	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek kanapkowy 70g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sałata 10g , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***),	Zupa brokułowa 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 , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2546.35 kcal; Energia: 10677.48 kJ; Białko ogółem: 113.99 g; białko zwierzęce: 78.32 g; białko roślinne: 35.15 g; Tłuszcz: 93.56 g; Węglowodany ogółem: 344.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.24 g; Sód: 2498.46 mg; Potas: 4526.14 mg; Wapń: 1214.77 mg; Fosfor: 2172.29 mg; Błonnik pokarmowy: 34.32 g; suma cukrów prostych: 59.10 g; Woda: 1485.83 g; Popiół: 20.51 g;		
wtorek 2026-11-17	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 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 brokułowa 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***), Cukinia duszona puree, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	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 , Serek kanapkowy 70g (***MLEKO, LAKTOZA***), Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 1902.63 kcal; Energia: 7961.36 kJ; Białko ogółem: 88.92 g; białko zwierzęce: 52.60 g; białko roślinne: 34.93 g; Tłuszcz: 58.37 g; Węglowodany ogółem: 278.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.76 g; Sód: 3078.80 mg; Potas: 5676.66 mg; Wapń: 892.81 mg; Fosfor: 1573.21 mg; Błonnik pokarmowy: 26.35 g; suma cukrów prostych: 45.25 g; Woda: 1756.28 g; Popiół: 23.49 g;		
środa 2026-11-18	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Ogórek zielony 50g , Sałata 10g , Mandarynka 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z kapusty białej z zieleniną, skropiona olejem 200g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Ser mozzarella mini light 40g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1991.35 kcal; Energia: 8345.00 kJ; Białko ogółem: 94.01 g; białko zwierzęce: 58.14 g; białko roślinne: 31.12 g; Tłuszcz: 53.39 g; Węglowodany ogółem: 305.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.75 g; Sód: 2188.94 mg; Potas: 4200.91 mg; Wapń: 965.93 mg; Fosfor: 1407.50 mg; Błonnik pokarmowy: 31.02 g; suma cukrów prostych: 57.99 g; Woda: 1434.00 g; Popiół: 18.25 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-18	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Dżem 25g 1szt , Masło śmietankowe 60% 15g , Mandarynka 150g , Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor 50g , Twarożek 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 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 , Surówka z kapusty białej z zieleniną, skropiona olejem 200g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella mini light 40g , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1963.40 kcal; Energia: 8228.28 kJ; Białko ogółem: 93.83 g; białko zwierzęce: 58.69 g; białko roślinne: 30.39 g; Tłuszcz: 53.62 g; Węglowodany ogółem: 302.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.92 g; Sód: 2432.20 mg; Potas: 4381.90 mg; Wapń: 989.82 mg; Fosfor: 1486.47 mg; Błonnik pokarmowy: 34.19 g; suma cukrów prostych: 59.27 g; Woda: 1431.38 g; Popiół: 19.21 g;		
środa 2026-11-18	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Bułka grahamka 1szt (***GLUTEN, JAJA, ŻYTO***), Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Ogórek zielony 50g , Mandarynka 150g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Kurczak gotowany 50g (***SELER, GORCZYCA***), Twarożek 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 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 , Surówka z kapusty białej z zieleniną, skropiona olejem 200g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella mini light 40g , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2096.88 kcal; Energia: 8773.35 kJ; Białko ogółem: 107.50 g; białko zwierzęce: 69.29 g; białko roślinne: 37.76 g; Tłuszcz: 50.60 g; Węglowodany ogółem: 324.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.54 g; Sód: 2145.36 mg; Potas: 4286.06 mg; Wapń: 915.70 mg; Fosfor: 1491.35 mg; Błonnik pokarmowy: 27.81 g; suma cukrów prostych: 49.87 g; Woda: 1439.37 g; Popiół: 18.24 g;		
środa 2026-11-18	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Banan 150g , Pomidor bez skórki 50g , Sałata 10g , Serek kanapkowy 40g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Rosołek z kaszą jaglaną 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 pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Polędwica premium 40g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella mini light 40g , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1842.81 kcal; Energia: 7717.86 kJ; Białko ogółem: 90.36 g; białko zwierzęce: 58.16 g; białko roślinne: 32.20 g; Tłuszcz: 38.00 g; Węglowodany ogółem: 307.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.51 g; Sód: 2519.16 mg; Potas: 4559.44 mg; Wapń: 729.61 mg; Fosfor: 1361.96 mg; Błonnik pokarmowy: 27.18 g; suma cukrów prostych: 67.94 g; Woda: 1413.33 g; Popiół: 18.31 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-18	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Mandarynka 150g , Sałata 10g , Pomidor 50g , Twarożek 70g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 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 , Surówka z kapusty białej z zieleniną, skropiona olejem 200g (***MLEKO***), 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 mini light 70g , Polędwica premium 40g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2132.58 kcal; Energia: 8926.72 kJ; Białko ogółem: 123.56 g; białko zwierzęce: 92.38 g; białko roślinne: 30.73 g; Tłuszcz: 64.12 g; Węglowodany ogółem: 293.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.74 g; Sód: 2857.18 mg; Potas: 4732.24 mg; Wapń: 1145.96 mg; Fosfor: 1871.95 mg; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; suma cukrów prostych: 56.07 g; Woda: 1573.92 g; Popiół: 21.58 g;		
środa 2026-11-18	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmiksowana 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Serek kanapkowy 70g (***MLEKO, LAKTOZA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Dżem 25g 1szt ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmiksowany 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 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***), Seler duszony puree 50g (***SELER***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1976.33 kcal; Energia: 8272.74 kJ; Białko ogółem: 86.97 g; białko zwierzęce: 56.49 g; białko roślinne: 30.23 g; Tłuszcz: 58.97 g; Węglowodany ogółem: 304.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.90 g; Sód: 3153.91 mg; Potas: 5497.28 mg; Wapń: 1047.75 mg; Fosfor: 1692.95 mg; Błonnik pokarmowy: 32.73 g; suma cukrów prostych: 61.13 g; Woda: 1739.91 g; Popiół: 22.79 g;		
czwartek 2026-11-19	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Jabłko 150g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Sałata 10g , Kakao 300ml (***MLEKO***),	Zupa fasolowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, 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 , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 40g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Papryka 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2328.49 kcal; Energia: 9754.36 kJ; Białko ogółem: 93.50 g; białko zwierzęce: 52.16 g; białko roślinne: 40.89 g; Tłuszcz: 90.05 g; Węglowodany ogółem: 319.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.01 g; Sód: 2595.50 mg; Potas: 5032.04 mg; Wapń: 827.28 mg; Fosfor: 1533.24 mg; Błonnik pokarmowy: 36.06 g; suma cukrów prostych: 55.45 g; Woda: 1482.48 g; Popiół: 19.23 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-19	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g , Jabłko pieczone 150g ,	Zupa jarzynowa 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***), Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 40g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2137.17 kcal; Energia: 8955.99 kJ; Białko ogółem: 82.90 g; białko zwierzęce: 51.11 g; białko roślinne: 31.34 g; Tłuszcz: 88.60 g; Węglowodany ogółem: 286.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.07 g; Sód: 2973.81 mg; Potas: 4744.83 mg; Wapń: 825.27 mg; Fosfor: 1511.86 mg; Błonnik pokarmowy: 35.00 g; suma cukrów prostych: 56.71 g; Woda: 1468.00 g; Popiół: 19.39 g;		
czwartek 2026-11-19	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g , Jabłko 150g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Brokuły parowane, skropione olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 40g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Papryka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2218.14 kcal; Energia: 9295.33 kJ; Białko ogółem: 95.71 g; białko zwierzęce: 51.06 g; białko roślinne: 44.20 g; Tłuszcz: 76.31 g; Węglowodany ogółem: 313.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.69 g; Sód: 1911.59 mg; Potas: 4810.33 mg; Wapń: 773.40 mg; Fosfor: 1439.09 mg; Błonnik pokarmowy: 30.95 g; suma cukrów prostych: 39.10 g; Woda: 1449.25 g; Popiół: 16.73 g;		
czwartek 2026-11-19	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor bez skórki 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Serek włoski 40g (***MLEKO***), Sałata 10g , Mus owocowy 120g 1szt , Jabłko 150g ,	Rosół z ryżem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g , Sos koperkowy 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 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1880.09 kcal; Energia: 7873.66 kJ; Białko ogółem: 90.85 g; białko zwierzęce: 59.33 g; białko roślinne: 31.52 g; Tłuszcz: 45.31 g; Węglowodany ogółem: 301.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.48 g; Sód: 2878.59 mg; Potas: 4430.09 mg; Wapń: 812.47 mg; Fosfor: 1519.81 mg; Błonnik pokarmowy: 27.90 g; suma cukrów prostych: 66.76 g; Woda: 1504.08 g; Popiół: 19.13 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-19	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g , Jabłko pieczone 150g ,	Zupa jarzynowa 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***), Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, 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 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2273.19 kcal; Energia: 9527.22 kJ; Białko ogółem: 93.88 g; białko zwierzęce: 61.45 g; białko roślinne: 31.98 g; Tłuszcz: 94.07 g; Węglowodany ogółem: 297.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.80 g; Sód: 3247.56 mg; Potas: 5123.98 mg; Wapń: 1048.34 mg; Fosfor: 1711.91 mg; Błonnik pokarmowy: 35.58 g; suma cukrów prostych: 66.31 g; Woda: 1657.03 g; Popiół: 21.07 g;		
czwartek 2026-11-19	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (***MLEKO***), 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***), Seler duszony puree 50g (***SELER***),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mięso z udka kurczaka gotowane zmielone 90g , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki puree 250g , Dynia duszona puree, z dodatkiem oleju 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Zupa szpinakowa 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 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:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1951.79 kcal; Energia: 8180.32 kJ; Białko ogółem: 84.42 g; białko zwierzęce: 54.38 g; białko roślinne: 29.80 g; Tłuszcz: 76.50 g; Węglowodany ogółem: 258.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.33 g; Sód: 2246.29 mg; Potas: 5140.52 mg; Wapń: 1147.83 mg; Fosfor: 1701.53 mg; Błonnik pokarmowy: 28.84 g; suma cukrów prostych: 52.85 g; Woda: 1661.42 g; Popiół: 21.56 g;		
piątek 2026-11-20	**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 , Ketchup 17g 1szt , Serek włoski 40g (***MLEKO***), Sałatka jarzynowa 50g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***),	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj panierowany z pieca 90g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA***), 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 , Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 40g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Szynka drobiowa gotowana 40g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2144.77 kcal; Energia: 8988.23 kJ; Białko ogółem: 103.28 g; białko zwierzęce: 73.61 g; białko roślinne: 28.90 g; Tłuszcz: 74.75 g; Węglowodany ogółem: 287.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.01 g; Sód: 3563.70 mg; Potas: 4142.02 mg; Wapń: 1162.96 mg; Fosfor: 1819.33 mg; Błonnik pokarmowy: 25.41 g; suma cukrów prostych: 52.99 g; Woda: 1493.08 g; Popiół: 23.17 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-20	**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 , Serek włoski 40g (***MLEKO***), Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Ketchup 17g 1szt , Sałatka jarzynowa 50g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 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, skropiona 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 kanapkowy 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , **Posiłek nocny:** Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2112.26 kcal; Energia: 8855.66 kJ; Białko ogółem: 101.98 g; białko zwierzęce: 73.02 g; białko roślinne: 28.18 g; Tłuszcz: 75.27 g; Węglowodany ogółem: 280.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.14 g; Sód: 3182.93 mg; Potas: 4310.52 mg; Wapń: 1187.00 mg; Fosfor: 1869.46 mg; Błonnik pokarmowy: 25.57 g; suma cukrów prostych: 55.58 g; Woda: 1497.96 g; Popiół: 21.16 g;		
piątek 2026-11-20	**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 , Sałatka jarzynowa 50g , Serek włoski 40g (***MLEKO***), Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Ketchup 17g 1szt ,	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj parowany w piecu 90g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z kapusty kiszonej z marchewką, z dodatkiem oleju 200g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), 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 40g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2246.23 kcal; Energia: 9410.44 kJ; Białko ogółem: 101.68 g; białko zwierzęce: 65.99 g; białko roślinne: 34.92 g; Tłuszcz: 69.15 g; Węglowodany ogółem: 324.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.93 g; Sód: 3065.92 mg; Potas: 3887.30 mg; Wapń: 1103.47 mg; Fosfor: 1646.67 mg; Błonnik pokarmowy: 25.21 g; suma cukrów prostych: 58.27 g; Woda: 1435.81 g; Popiół: 21.35 g;		
piątek 2026-11-20	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor bez skóry 80g , Serek włoski 40g (***MLEKO***), Sałata 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 pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Serek kanapkowy 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor bez skórki 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , **Posiłek nocny:** Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1769.70 kcal; Energia: 7411.74 kJ; Białko ogółem: 101.82 g; białko zwierzęce: 69.89 g; białko roślinne: 31.94 g; Tłuszcz: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 272.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.53 g; Sód: 2923.01 mg; Potas: 4411.19 mg; Wapń: 1076.83 mg; Fosfor: 1758.97 mg; Błonnik pokarmowy: 21.23 g; suma cukrów prostych: 52.11 g; Woda: 1535.67 g; Popiół: 20.42 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-20	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Serek włoski 70g (***MLEKO***), Sałatka jarzynowa 50g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Ketchup 17g 1szt ,	Zupa szpinakowa z ryżem 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, skropiona 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 , Twaróg krajanka plaster 30g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa gotowana 40g , Serek kanapkowy 70g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2341.36 kcal; Energia: 9813.72 kJ; Białko ogółem: 118.81 g; białko zwierzęce: 88.76 g; białko roślinne: 29.20 g; Tłuszcz: 83.90 g; Węglowodany ogółem: 304.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.62 g; Sód: 3154.56 mg; Potas: 4479.18 mg; Wapń: 1293.93 mg; Fosfor: 2099.59 mg; Błonnik pokarmowy: 29.26 g; suma cukrów prostych: 64.92 g; Woda: 1556.96 g; Popiół: 21.94 g;		
piątek 2026-11-20	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmiksowana 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 50g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Cukinia duszona puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***),	Zupa szpinakowa z ryżem 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***), Cukinia duszona puree, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 250ml , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Zupa szpinakowa z ryżem zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 8g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy 70g (***MLEKO, LAKTOZA***), Herbata z cytryną 300ml , Marchewka z groszkiem puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1874.06 kcal; Energia: 7841.59 kJ; Białko ogółem: 80.42 g; białko zwierzęce: 47.63 g; białko roślinne: 32.67 g; Tłuszcz: 56.05 g; Węglowodany ogółem: 284.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.37 g; Sód: 2516.27 mg; Potas: 4716.73 mg; Wapń: 1119.35 mg; Fosfor: 1581.61 mg; Błonnik pokarmowy: 25.30 g; suma cukrów prostych: 52.48 g; Woda: 1579.78 g; Popiół: 20.69 g;		

Dietetyk

.....

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