Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-21	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Chleb razowy 50g , Bułka maślana 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Ogórek zielony 100g , Sałata 10g , Jabłko 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udziec z indyka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane 250g , Sałata z sosem vinegrette i słonecznikiem, z dodatkiem oleju 60g (***GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Papryka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Chleb razowy 50g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2190.87 kcal; Energia: 8873.65 kJ; Białko ogółem: 106.73 g; białko zwierzęce: 63.53 g; białko roślinne: 33.51 g; Tłuszcz: 66.19 g; Węglowodany ogółem: 310.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.42 g; Sód: 2364.82 mg; Potas: 4067.29 mg; Wapń: 772.59 mg; Fosfor: 1442.65 mg; Błonnik pokarmowy: 22.18 g; suma cukrów prostych: 52.20 g; Woda: 1343.94 g; Popiół: 17.67 g;		
środa 2026-10-21	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka maślana 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Jabłko pieczone 150g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor 100g , Sałata 10g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udziec z indyka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane 250g , Sałata z sosem vinegrette, z dodatkiem oleju 60g (***GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2092.34 kcal; Energia: 8600.66 kJ; Białko ogółem: 104.46 g; białko zwierzęce: 64.63 g; białko roślinne: 31.38 g; Tłuszcz: 63.22 g; Węglowodany ogółem: 301.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.69 g; Sód: 2856.43 mg; Potas: 4426.11 mg; Wapń: 813.71 mg; Fosfor: 1584.08 mg; Błonnik pokarmowy: 27.17 g; suma cukrów prostych: 55.57 g; Woda: 1341.85 g; Popiół: 19.39 g;		
środa 2026-10-21	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (***GLUTEN, JAJA, ŻYTO***), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ogórek zielony 100g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Sałata 10g , Jabłko 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udziec z indyka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane 250g , Sałata z sosem vinegrette i słonecznikiem, z dodatkiem oleju 60g (***GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Papryka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2142.37 kcal; Energia: 8670.24 kJ; Białko ogółem: 107.38 g; białko zwierzęce: 62.18 g; białko roślinne: 35.51 g; Tłuszcz: 61.79 g; Węglowodany ogółem: 309.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.91 g; Sód: 2192.82 mg; Potas: 4040.79 mg; Wapń: 733.59 mg; Fosfor: 1461.15 mg; Błonnik pokarmowy: 24.18 g; suma cukrów prostych: 45.30 g; Woda: 1335.34 g; Popiół: 17.32 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-21	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka maślana 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Twarożek z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Mus owocowy 120g 1szt , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor bez skórki 100g , Sałata 10g ,	Rosołek z kaszą manną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew oprószana 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2105.68 kcal; Energia: 8644.62 kJ; Białko ogółem: 97.53 g; białko zwierzęce: 49.74 g; białko roślinne: 35.39 g; Tłuszcz: 52.25 g; Węglowodany ogółem: 335.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.83 g; Sód: 2922.11 mg; Potas: 4147.91 mg; Wapń: 801.01 mg; Fosfor: 1363.11 mg; Błonnik pokarmowy: 27.75 g; suma cukrów prostych: 75.36 g; Woda: 1381.01 g; Popiół: 18.36 g;		
środa 2026-10-21	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka maślana 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor 100g , Sałata 10g , Jabłko pieczone 150g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udziec z indyka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane 250g , Sałata z sosem vinegrette, z dodatkiem oleju 60g (***GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 5g , Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2219.95 kcal; Energia: 9136.18 kJ; Białko ogółem: 112.12 g; białko zwierzęce: 70.29 g; białko roślinne: 33.30 g; Tłuszcz: 67.23 g; Węglowodany ogółem: 318.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.94 g; Sód: 3196.47 mg; Potas: 4619.76 mg; Wapń: 832.65 mg; Fosfor: 1699.06 mg; Błonnik pokarmowy: 28.91 g; suma cukrów prostych: 56.38 g; Woda: 1376.30 g; Popiół: 20.80 g;		
środa 2026-10-21	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Twarożek z koperkiem 60g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Seler duszony puree 50g (***SELER***), Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Zupa pomidorowa z makaronem świderki zmiksowana 400ml (***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 100ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane puree 250g (***MLEKO***), Marchewka gotowana, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 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***), Herbata z cytryną 300ml , Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2052.80 kcal; Energia: 8596.31 kJ; Białko ogółem: 96.62 g; białko zwierzęce: 63.12 g; białko roślinne: 33.26 g; Tłuszcz: 60.29 g; Węglowodany ogółem: 308.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.57 g; Sód: 3261.66 mg; Potas: 5558.65 mg; Wapń: 1232.82 mg; Fosfor: 1764.67 mg; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; suma cukrów prostych: 70.62 g; Woda: 1735.07 g; Popiół: 23.67 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-22	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Hummus 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Pomidor 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Sałata 10g , Gruszka 150g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś z kurczaka pieczona 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Buraki gotowane, skropione olejem 200g , Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2190.01 kcal; Energia: 9181.89 kJ; Białko ogółem: 100.91 g; białko zwierzęce: 61.15 g; białko roślinne: 31.26 g; Tłuszcz: 75.71 g; Węglowodany ogółem: 294.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.54 g; Sód: 2765.72 mg; Potas: 4218.65 mg; Wapń: 694.08 mg; Fosfor: 1338.82 mg; Błonnik pokarmowy: 28.80 g; suma cukrów prostych: 46.70 g; Woda: 1460.00 g; Popiół: 19.03 g;		
czwartek 2026-10-22	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek włoski 50g (***MLEKO***), Pomidor 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Sałata 10g , Banan 150g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Buraki gotowane, skropione olejem 200g , Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pierś z kurczaka pieczona 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2209.39 kcal; Energia: 9263.01 kJ; Białko ogółem: 107.13 g; białko zwierzęce: 71.60 g; białko roślinne: 30.79 g; Tłuszcz: 72.85 g; Węglowodany ogółem: 308.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.11 g; Sód: 3272.12 mg; Potas: 5304.96 mg; Wapń: 777.37 mg; Fosfor: 1624.21 mg; Błonnik pokarmowy: 34.82 g; suma cukrów prostych: 72.83 g; Woda: 1491.18 g; Popiół: 22.55 g;		
czwartek 2026-10-22	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Hummus 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Pomidor 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Sałata 10g , Gruszka 150g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś z kurczaka pieczona 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2073.98 kcal; Energia: 8693.49 kJ; Białko ogółem: 102.90 g; białko zwierzęce: 64.05 g; białko roślinne: 34.66 g; Tłuszcz: 59.47 g; Węglowodany ogółem: 297.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.22 g; Sód: 1688.93 mg; Potas: 4004.28 mg; Wapń: 783.04 mg; Fosfor: 1323.60 mg; Błonnik pokarmowy: 23.14 g; suma cukrów prostych: 40.31 g; Woda: 1495.54 g; Popiół: 16.15 g;		
czwartek 2026-10-22	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), Mus owocowy 120g 1szt , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Sałata 10g , Pomidor bez skórki 100g , Banan 150g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Seler duszony, skropiony olejem 200g (***SELER***), Kompot owocowy 300ml , Pierś z kurczaka gotowana 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***),	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , Serek kanapkowy 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1946.36 kcal; Energia: 8158.49 kJ; Białko ogółem: 106.58 g; białko zwierzęce: 71.76 g; białko roślinne: 30.52 g; Tłuszcz: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 299.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.43 g; Sód: 3178.82 mg; Potas: 5117.05 mg; Wapń: 698.36 mg; Fosfor: 1515.44 mg; Błonnik pokarmowy: 34.55 g; suma cukrów prostych: 80.89 g; Woda: 1539.60 g; Popiół: 21.67 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-22	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek włoski 50g (***MLEKO***), Pomidor 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Sałata 10g , Banan 150g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś z kurczaka gotowana 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Buraki gotowane, skropione olejem 200g , Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , 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 , Szynka drobiowa gotowana 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2385.18 kcal; Energia: 9998.84 kJ; Białko ogółem: 123.50 g; białko zwierzęce: 87.96 g; białko roślinne: 30.79 g; Tłuszcz: 83.83 g; Węglowodany ogółem: 311.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.69 g; Sód: 3326.66 mg; Potas: 5487.61 mg; Wapń: 876.23 mg; Fosfor: 1805.13 mg; Błonnik pokarmowy: 34.82 g; suma cukrów prostych: 74.83 g; Woda: 1576.79 g; Popiół: 23.40 g;		
czwartek 2026-10-22	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kakao 300ml (***MLEKO***), Cukinia duszona puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy mielony 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki puree 250g , Seler duszony puree, skropione olejem 200g (***SELER***), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Herbata z cytryną 300ml , Seler duszony puree 50g (***SELER***), Pasta z wędliny 50g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2127.43 kcal; Energia: 8911.12 kJ; Białko ogółem: 107.83 g; białko zwierzęce: 70.51 g; białko roślinne: 32.78 g; Tłuszcz: 85.33 g; Węglowodany ogółem: 261.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.90 g; Sód: 3926.78 mg; Potas: 5049.85 mg; Wapń: 1033.03 mg; Fosfor: 1945.84 mg; Błonnik pokarmowy: 35.90 g; suma cukrów prostych: 46.31 g; Woda: 1656.03 g; Popiół: 25.50 g;		
piątek 2026-10-23	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Papryka 100g , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk panierowany z pieca 90g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA***), Warzywa po grecku skropione olejem 200g (***SELER***), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek z rzodkiewką 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2217.26 kcal; Energia: 8042.39 kJ; Białko ogółem: 99.63 g; białko zwierzęce: 43.49 g; białko roślinne: 35.71 g; Tłuszcz: 60.25 g; Węglowodany ogółem: 300.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.10 g; Sód: 3447.76 mg; Potas: 4561.46 mg; Wapń: 882.61 mg; Fosfor: 1306.09 mg; Błonnik pokarmowy: 27.30 g; suma cukrów prostych: 47.92 g; Woda: 1395.64 g; Popiół: 19.62 g;		
piątek 2026-10-23	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor 100g , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany 90g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Warzywa po grecku skropione olejem 200g (***SELER***), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2002.77 kcal; Energia: 7170.00 kJ; Białko ogółem: 97.75 g; białko zwierzęce: 47.36 g; białko roślinne: 30.96 g; Tłuszcz: 54.59 g; Węglowodany ogółem: 274.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.45 g; Sód: 4403.73 mg; Potas: 4977.67 mg; Wapń: 998.44 mg; Fosfor: 1628.39 mg; Błonnik pokarmowy: 36.75 g; suma cukrów prostych: 53.39 g; Woda: 1437.55 g; Popiół: 23.51 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-23	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Papryka 100g , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany 90g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Warzywa po grecku skropione olejem 200g (***SELER***), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek z rzodkiewką 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2118.08 kcal; Energia: 7649.48 kJ; Białko ogółem: 97.34 g; białko zwierzęce: 43.29 g; białko roślinne: 34.62 g; Tłuszcz: 53.79 g; Węglowodany ogółem: 292.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.60 g; Sód: 3407.86 mg; Potas: 4541.19 mg; Wapń: 879.35 mg; Fosfor: 1288.27 mg; Błonnik pokarmowy: 26.77 g; suma cukrów prostych: 47.90 g; Woda: 1393.49 g; Popiół: 19.55 g;		
piątek 2026-10-23	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor bez skóry 100g , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Rosołek z kaszą jaglaną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany 90g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 250g , Marchewka gotowana 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Twarożek z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1958.13 kcal; Energia: 6971.47 kJ; Białko ogółem: 104.20 g; białko zwierzęce: 52.50 g; białko roślinne: 32.72 g; Tłuszcz: 39.26 g; Węglowodany ogółem: 281.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.28 g; Sód: 3534.04 mg; Potas: 4273.11 mg; Wapń: 952.93 mg; Fosfor: 1523.18 mg; Błonnik pokarmowy: 28.16 g; suma cukrów prostych: 49.73 g; Woda: 1469.95 g; Popiół: 19.24 g;		
piątek 2026-10-23	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 90g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor 100g , Sałata 10g , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany 90g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Warzywa po grecku skropione olejem 200g (***SELER***), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Maślanka 200ml (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 50g (***SELER, GORCZYCA***), Twarożek z koperkiem 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2243.54 kcal; Energia: 8177.97 kJ; Białko ogółem: 116.68 g; białko zwierzęce: 63.61 g; białko roślinne: 33.64 g; Tłuszcz: 66.29 g; Węglowodany ogółem: 292.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.22 g; Sód: 4708.23 mg; Potas: 5492.96 mg; Wapń: 1265.19 mg; Fosfor: 1942.75 mg; Błonnik pokarmowy: 39.09 g; suma cukrów prostych: 64.77 g; Woda: 1688.25 g; Popiół: 26.10 g;		
piątek 2026-10-23	**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***), Seler duszony puree 50g (***SELER***),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany mielony 90g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane puree 250g (***MLEKO***), Szpinak gotowany, skropiony olejem 200g (***MLEKO***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek z koperkiem 60g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Herbata z cytryną 300ml , Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1833.10 kcal; Energia: 6441.92 kJ; Białko ogółem: 95.76 g; białko zwierzęce: 47.07 g; białko roślinne: 29.37 g; Tłuszcz: 44.72 g; Węglowodany ogółem: 246.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.92 g; Sód: 2965.90 mg; Potas: 4964.68 mg; Wapń: 1014.83 mg; Fosfor: 1432.81 mg; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; suma cukrów prostych: 47.18 g; Woda: 1589.29 g; Popiół: 23.10 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-24	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomidor 100g , Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Sałata 10g , Śliwka 150g ,	zupa pieczarkowa z ziemniakami 350g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Gulasz drobiowy 150g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kasza pęczak 150g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 50g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2467.44 kcal; Energia: 10335.17 kJ; Białko ogółem: 99.85 g; białko zwierzęce: 53.87 g; białko roślinne: 40.80 g; Tłuszcz: 95.37 g; Węglowodany ogółem: 326.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.34 g; Sód: 1963.23 mg; Potas: 4446.19 mg; Wapń: 816.34 mg; Fosfor: 1508.28 mg; Błonnik pokarmowy: 27.46 g; suma cukrów prostych: 44.80 g; Woda: 1508.39 g; Popiół: 18.63 g;		
sobota 2026-10-24	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Pomidor 100g , Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Ketchup 17g 1szt , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Sałata 10g , Jabłko pieczone 150g ,	Zupa koperkowa 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***), Kompot owocowy 300ml , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2609.65 kcal; Energia: 10931.30 kJ; Białko ogółem: 108.38 g; białko zwierzęce: 55.10 g; białko roślinne: 38.61 g; Tłuszcz: 100.16 g; Węglowodany ogółem: 355.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.67 g; Sód: 2556.19 mg; Potas: 4476.59 mg; Wapń: 866.96 mg; Fosfor: 1749.41 mg; Błonnik pokarmowy: 39.81 g; suma cukrów prostych: 48.72 g; Woda: 1398.68 g; Popiół: 19.57 g;		
sobota 2026-10-24	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Pomidor 100g , Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (***GLUTEN, JAJA, ŻYTO***), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Ketchup 17g 1szt , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Sałata 10g , Śliwka 150g ,	zupa pieczarkowa z ziemniakami 350g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Gulasz drobiowy 150g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kasza pęczak 150g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 50g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2571.44 kcal; Energia: 10771.17 kJ; Białko ogółem: 104.65 g; białko zwierzęce: 53.87 g; białko roślinne: 45.60 g; Tłuszcz: 95.27 g; Węglowodany ogółem: 353.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.29 g; Sód: 1973.23 mg; Potas: 4558.19 mg; Wapń: 824.34 mg; Fosfor: 1622.28 mg; Błonnik pokarmowy: 33.21 g; suma cukrów prostych: 46.30 g; Woda: 1511.59 g; Popiół: 19.23 g;		
sobota 2026-10-24	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Pomidor bez skóry 100g , Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka drobiowa 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 40g , Sałata 10g , Jabłko pieczone 150g ,	Rosołek z kaszą manną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella light (kulka) 50g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 1971.21 kcal; Energia: 8248.45 kJ; Białko ogółem: 99.48 g; białko zwierzęce: 51.36 g; białko roślinne: 34.23 g; Tłuszcz: 56.31 g; Węglowodany ogółem: 290.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.57 g; Sód: 2366.34 mg; Potas: 4475.78 mg; Wapń: 812.25 mg; Fosfor: 1343.71 mg; Błonnik pokarmowy: 28.99 g; suma cukrów prostych: 47.61 g; Woda: 1482.05 g; Popiół: 18.50 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-24	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Pomidor 100g , Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Parówka drobiowa min. 75% 80g , Szynka drobiowa 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Ketchup 17g 1szt , Sałata 10g , Jabłko 1szt ,	Zupa koperkowa 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***), Kompot owocowy 300ml , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pierś delikatna z kurnej półki 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2630.76 kcal; Energia: 11022.66 kJ; Białko ogółem: 118.72 g; białko zwierzęce: 70.06 g; białko roślinne: 38.61 g; Tłuszcz: 96.94 g; Węglowodany ogółem: 356.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.09 g; Sód: 2692.04 mg; Potas: 4605.82 mg; Wapń: 972.12 mg; Fosfor: 1847.12 mg; Błonnik pokarmowy: 39.27 g; suma cukrów prostych: 52.10 g; Woda: 1474.76 g; Popiół: 20.43 g;		
sobota 2026-10-24	**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***), 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 drobiowy zmielony 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane puree 200g (***MLEKO***), Dynia duszona puree, z dodatkiem oleju 200g , 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 , Pasta z sera mozzarella 60g (***MLEKO***), Herbata z cytryną 300ml , Dynia duszona puree, z dodatkiem oleju 50g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2113.96 kcal; Energia: 8856.22 kJ; Białko ogółem: 87.80 g; białko zwierzęce: 58.95 g; białko roślinne: 28.60 g; Tłuszcz: 88.88 g; Węglowodany ogółem: 267.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.76 g; Sód: 2532.26 mg; Potas: 5390.54 mg; Wapń: 1410.40 mg; Fosfor: 1799.08 mg; Błonnik pokarmowy: 27.86 g; suma cukrów prostych: 59.72 g; Woda: 1662.55 g; Popiół: 23.21 g;		
niedziela 2026-10-25	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Chleb razowy 100g , Papryka 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g , Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***),	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 , Surówka z kapusty białej z marchewką, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta jajeczna 60g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2154.85 kcal; Energia: 9027.76 kJ; Białko ogółem: 96.22 g; białko zwierzęce: 60.44 g; białko roślinne: 35.33 g; Tłuszcz: 68.44 g; Węglowodany ogółem: 305.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.83 g; Sód: 1443.32 mg; Potas: 4251.84 mg; Wapń: 809.29 mg; Fosfor: 1227.10 mg; Błonnik pokarmowy: 23.51 g; suma cukrów prostych: 40.12 g; Woda: 1477.72 g; Popiół: 15.26 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-25	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Pomidor 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g , Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***),	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 , 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 , Pasta jajeczna 60g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2028.63 kcal; Energia: 8505.16 kJ; Białko ogółem: 94.56 g; białko zwierzęce: 62.64 g; białko roślinne: 31.47 g; Tłuszcz: 70.91 g; Węglowodany ogółem: 280.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.53 g; Sód: 2277.19 mg; Potas: 4890.70 mg; Wapń: 822.76 mg; Fosfor: 1558.16 mg; Błonnik pokarmowy: 30.14 g; suma cukrów prostych: 45.09 g; Woda: 1581.25 g; Popiół: 18.53 g;		
niedziela 2026-10-25	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb razowy 100g , Papryka 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Polędwica premium 40g , Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Kakao 300ml (***MLEKO***), 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 , Surówka z kapusty białej z marchewką, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta jajeczna 60g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2129.85 kcal; Energia: 8920.76 kJ; Białko ogółem: 96.72 g; białko zwierzęce: 60.44 g; białko roślinne: 35.83 g; Tłuszcz: 68.54 g; Węglowodany ogółem: 299.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.87 g; Sód: 1615.32 mg; Potas: 4421.84 mg; Wapń: 807.29 mg; Fosfor: 1237.10 mg; Błonnik pokarmowy: 23.61 g; suma cukrów prostych: 32.32 g; Woda: 1483.22 g; Popiół: 16.06 g;		
niedziela 2026-10-25	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pomidor bez skóry 100g , Polędwica premium 40g , Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (***MLEKO***), Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), 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 , 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***), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor bez skóry 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka drobiowa gotowana 40g , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1878.02 kcal; Energia: 7863.93 kJ; Białko ogółem: 94.53 g; białko zwierzęce: 58.94 g; białko roślinne: 35.60 g; Tłuszcz: 52.22 g; Węglowodany ogółem: 277.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.51 g; Sód: 2216.69 mg; Potas: 4675.82 mg; Wapń: 734.99 mg; Fosfor: 1383.75 mg; Błonnik pokarmowy: 24.11 g; suma cukrów prostych: 41.00 g; Woda: 1554.86 g; Popiół: 17.97 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-25	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek wiejski 70g (***MLEKO, LAKTOZA***), Polędwica premium 40g , Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (***MLEKO***), 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 , 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 , Szynka z piersi kurczaka 25g ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa gotowana 40g , Pasta jajeczna 90g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2249.62 kcal; Energia: 9326.93 kJ; Białko ogółem: 109.53 g; białko zwierzęce: 70.60 g; białko roślinne: 33.40 g; Tłuszcz: 81.64 g; Węglowodany ogółem: 299.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.51 g; Sód: 2576.29 mg; Potas: 5035.19 mg; Wapń: 877.72 mg; Fosfor: 1722.27 mg; Błonnik pokarmowy: 31.89 g; suma cukrów prostych: 46.65 g; Woda: 1649.67 g; Popiół: 19.79 g;		
niedziela 2026-10-25	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 8g (***ŚMIETANKA***), Pasta z serka włoskiego 70g (***MLEKO***), Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Kakao 300ml (***MLEKO***),	Rosół z makaronem zmiksowany 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***), Ziemniaki puree 250g , Cukinia duszona puree, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Rosół z makaronem zmiksowany 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 8g (***ŚMIETANKA***), Pasta jajeczna 70g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Herbata z cytryną 300ml , Cukinia duszona puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2094.72 kcal; Energia: 8766.21 kJ; Białko ogółem: 93.28 g; białko zwierzęce: 61.21 g; białko roślinne: 32.07 g; Tłuszcz: 80.91 g; Węglowodany ogółem: 269.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.23 g; Sód: 2167.35 mg; Potas: 4837.21 mg; Wapń: 1024.80 mg; Fosfor: 1677.58 mg; Błonnik pokarmowy: 22.90 g; suma cukrów prostych: 48.54 g; Woda: 1717.58 g; Popiół: 19.93 g;		
poniedziałek 2026-10-26	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 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 , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek kanapkowy 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2271.47 kcal; Energia: 9527.12 kJ; Białko ogółem: 104.22 g; białko zwierzęce: 61.25 g; białko roślinne: 34.92 g; Tłuszcz: 77.34 g; Węglowodany ogółem: 311.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.15 g; Sód: 3268.55 mg; Potas: 4604.34 mg; Wapń: 1168.44 mg; Fosfor: 1691.61 mg; Błonnik pokarmowy: 24.89 g; suma cukrów prostych: 64.73 g; Woda: 1514.93 g; Popiół: 20.71 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-26	**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 , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 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 , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, 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 , Serek kanapkowy 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2258.56 kcal; Energia: 9472.28 kJ; Białko ogółem: 105.92 g; białko zwierzęce: 61.80 g; białko roślinne: 34.17 g; Tłuszcz: 78.51 g; Węglowodany ogółem: 307.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.95 g; Sód: 3508.08 mg; Potas: 4844.82 mg; Wapń: 1186.23 mg; Fosfor: 1765.06 mg; Błonnik pokarmowy: 28.34 g; suma cukrów prostych: 65.99 g; Woda: 1493.20 g; Popiół: 21.57 g;		
poniedziałek 2026-10-26	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (***GLUTEN, JAJA, ŻYTO***), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 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 , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, 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 , Serek kanapkowy 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2450.47 kcal; Energia: 10273.30 kJ; Białko ogółem: 109.02 g; białko zwierzęce: 59.85 g; białko roślinne: 41.12 g; Tłuszcz: 76.74 g; Węglowodany ogółem: 350.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.72 g; Sód: 2780.55 mg; Potas: 4459.34 mg; Wapń: 1104.44 mg; Fosfor: 1627.61 mg; Błonnik pokarmowy: 24.84 g; suma cukrów prostych: 69.53 g; Woda: 1479.73 g; Popiół: 19.11 g;		
poniedziałek 2026-10-26	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Banan 150g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g , Pomidor bez skórki 100g ,	Rosół z ziemniakami 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 koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek kanapkowy 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2230.77 kcal; Energia: 9183.13 kJ; Białko ogółem: 108.25 g; białko zwierzęce: 52.99 g; białko roślinne: 37.76 g; Tłuszcz: 54.72 g; Węglowodany ogółem: 353.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.39 g; Sód: 3410.63 mg; Potas: 5946.62 mg; Wapń: 1127.49 mg; Fosfor: 1771.67 mg; Błonnik pokarmowy: 32.01 g; suma cukrów prostych: 78.28 g; Woda: 1788.71 g; Popiół: 22.91 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-26	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka dębowa drobiowa 50g (***., SELER, GORCZYCA***), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 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 , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 50g , Serek kanapkowy 90g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2506.84 kcal; Energia: 10512.29 kJ; Białko ogółem: 127.44 g; białko zwierzęce: 83.32 g; białko roślinne: 34.17 g; Tłuszcz: 94.69 g; Węglowodany ogółem: 312.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.00 g; Sód: 3711.89 mg; Potas: 5057.19 mg; Wapń: 1324.57 mg; Fosfor: 1990.60 mg; Błonnik pokarmowy: 28.34 g; suma cukrów prostych: 68.79 g; Woda: 1594.84 g; Popiół: 22.70 g;		
poniedziałek 2026-10-26	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 300ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z sera mozzarella 60g (***MLEKO***), Kakao 300ml (***MLEKO***), Dynia duszona puree 50g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną zmiksowana 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy zmielony 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 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną zmiksowana 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Serek kanapkowy 60g (***MLEKO, LAKTOZA***), Cukinia duszona puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2030.56 kcal; Energia: 8510.46 kJ; Białko ogółem: 91.18 g; białko zwierzęce: 61.82 g; białko roślinne: 29.12 g; Tłuszcz: 77.70 g; Węglowodany ogółem: 266.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.26 g; Sód: 2693.35 mg; Potas: 4688.63 mg; Wapń: 1490.18 mg; Fosfor: 1834.01 mg; Błonnik pokarmowy: 26.01 g; suma cukrów prostych: 56.40 g; Woda: 1577.66 g; Popiół: 21.73 g;		
wtorek 2026-10-27	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 50g , Papryka 100g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pasta z groszku zielonego 50g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g , Chleb razowy 50g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 350g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), 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 , Serek włoski 50g (***MLEKO***), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2433.29 kcal; Energia: 8630.55 kJ; Białko ogółem: 107.96 g; białko zwierzęce: 53.58 g; białko roślinne: 36.37 g; Tłuszcz: 96.32 g; Węglowodany ogółem: 278.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.34 g; Sód: 1879.44 mg; Potas: 3816.41 mg; Wapń: 771.11 mg; Fosfor: 1421.71 mg; Błonnik pokarmowy: 35.22 g; suma cukrów prostych: 33.19 g; Woda: 1297.36 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
wtorek 2026-10-27	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 50g , Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pasta z groszku zielonego 50g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 350g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Cukinia duszona, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek włoski 50g (***MLEKO***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2234.24 kcal; Energia: 8267.26 kJ; Białko ogółem: 102.78 g; białko zwierzęce: 54.13 g; białko roślinne: 34.80 g; Tłuszcz: 81.13 g; Węglowodany ogółem: 263.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.01 g; Sód: 1973.78 mg; Potas: 4117.98 mg; Wapń: 706.98 mg; Fosfor: 1473.80 mg; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; suma cukrów prostych: 33.64 g; Woda: 1294.31 g; Popiół: 16.12 g;		
wtorek 2026-10-27	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 50g , Papryka 100g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pasta z groszku zielonego 50g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron razowy z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 350g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), 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 , Serek włoski 50g (***MLEKO***), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2177.29 kcal; Energia: 7560.22 kJ; Białko ogółem: 95.23 g; białko zwierzęce: 42.33 g; białko roślinne: 29.21 g; Tłuszcz: 82.71 g; Węglowodany ogółem: 241.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.15 g; Sód: 1077.46 mg; Potas: 3012.41 mg; Wapń: 646.91 mg; Fosfor: 957.01 mg; Błonnik pokarmowy: 22.38 g; suma cukrów prostych: 28.06 g; Woda: 1159.69 g; Popiół: 12.25 g;		
wtorek 2026-10-27	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka z piersi kurczaka 50g , Pomidor bez skórki 100g , Mus owocowy 120g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Rosołek z kaszą manną 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 , Cukinia duszona 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2006.35 kcal; Energia: 7300.80 kJ; Białko ogółem: 103.28 g; białko zwierzęce: 57.31 g; białko roślinne: 32.57 g; Tłuszcz: 44.08 g; Węglowodany ogółem: 277.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.47 g; Sód: 2778.05 mg; Potas: 4053.32 mg; Wapń: 620.80 mg; Fosfor: 1363.95 mg; Błonnik pokarmowy: 21.62 g; suma cukrów prostych: 54.29 g; Woda: 1381.86 g; Popiół: 17.83 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-27	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 50g , Pasta z groszku zielonego 50g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Sałata 10g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 350g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), 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 delikate z piersi indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek włoski 90g (***MLEKO***), Kurczak gotowany 50g (***SELER, GORCZYCA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2441.96 kcal; Energia: 9135.62 kJ; Białko ogółem: 121.38 g; białko zwierzęce: 70.63 g; białko roślinne: 36.82 g; Tłuszcz: 88.19 g; Węglowodany ogółem: 282.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.26 g; Sód: 2228.61 mg; Potas: 4281.83 mg; Wapń: 763.46 mg; Fosfor: 1643.55 mg; Błonnik pokarmowy: 32.90 g; suma cukrów prostych: 35.70 g; Woda: 1342.54 g; Popiół: 17.38 g;		
wtorek 2026-10-27	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 60g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Cukinia duszona puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***),	Zupa dyniowa z ziemniakami zmiksowana 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 puree 250g (***MLEKO***), Cukinia duszona puree, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa dyniowa z ziemniakami zmiksowana 400ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z serka włoskiego 70g (***MLEKO***), Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2167.23 kcal; Energia: 8185.35 kJ; Białko ogółem: 102.15 g; białko zwierzęce: 64.38 g; białko roślinne: 34.14 g; Tłuszcz: 59.25 g; Węglowodany ogółem: 288.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.70 g; Sód: 3053.32 mg; Potas: 5658.86 mg; Wapń: 919.96 mg; Fosfor: 1715.90 mg; Błonnik pokarmowy: 25.60 g; suma cukrów prostych: 46.70 g; Woda: 1751.58 g; Popiół: 23.24 g;		
środa 2026-10-28	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Śliwka 150g , Sałata 10g , Pestki dynii 20g , Pomidor 100g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Papryka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z tuńczyka 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2353.99 kcal; Energia: 9391.39 kJ; Białko ogółem: 110.79 g; białko zwierzęce: 62.86 g; białko roślinne: 40.92 g; Tłuszcz: 76.77 g; Węglowodany ogółem: 337.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.29 g; Sód: 2261.78 mg; Potas: 4990.31 mg; Wapń: 1023.60 mg; Fosfor: 1745.97 mg; Błonnik pokarmowy: 35.46 g; suma cukrów prostych: 59.49 g; Woda: 1676.34 g; Popiół: 21.11 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-28	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Banan 150g , Sałata 10g , Pomidor 100g ,	Zupa barszcz czerwony 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 , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z tuńczyka 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2271.09 kcal; Energia: 9511.81 kJ; Białko ogółem: 100.25 g; białko zwierzęce: 63.41 g; białko roślinne: 35.24 g; Tłuszcz: 67.49 g; Węglowodany ogółem: 346.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.54 g; Sód: 2507.64 mg; Potas: 5360.30 mg; Wapń: 992.93 mg; Fosfor: 1712.98 mg; Błonnik pokarmowy: 34.38 g; suma cukrów prostych: 80.57 g; Woda: 1710.65 g; Popiół: 22.11 g;		
środa 2026-10-28	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (***GLUTEN, JAJA, ŻYTO***), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Śliwka 150g , Sałata 10g , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), Pestki dynii 20g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Papryka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z tuńczyka 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2347.89 kcal; Energia: 9356.87 kJ; Białko ogółem: 121.73 g; białko zwierzęce: 70.76 g; białko roślinne: 43.96 g; Tłuszcz: 72.73 g; Węglowodany ogółem: 331.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.75 g; Sód: 2593.08 mg; Potas: 5012.71 mg; Wapń: 955.50 mg; Fosfor: 1790.57 mg; Błonnik pokarmowy: 34.40 g; suma cukrów prostych: 44.27 g; Woda: 1676.93 g; Popiół: 20.88 g;		
środa 2026-10-28	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Twarożek 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Banan 150g , Sałata 10g , Pomidor bez skórki 100g ,	Rosół z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka gotowany 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek kanapkowy 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2075.80 kcal; Energia: 8690.25 kJ; Białko ogółem: 95.48 g; białko zwierzęce: 58.32 g; białko roślinne: 37.16 g; Tłuszcz: 45.45 g; Węglowodany ogółem: 345.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.13 g; Sód: 2417.96 mg; Potas: 4990.86 mg; Wapń: 780.36 mg; Fosfor: 1438.13 mg; Błonnik pokarmowy: 29.21 g; suma cukrów prostych: 75.67 g; Woda: 1540.04 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
środa 2026-10-28	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Kurczak gotowany 50g (***SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g , Pomidor 50g , Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***),	Zupa barszcz czerwony 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 , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta z tuńczyka 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2451.62 kcal; Energia: 10258.39 kJ; Białko ogółem: 125.16 g; białko zwierzęce: 88.36 g; białko roślinne: 35.20 g; Tłuszcz: 79.09 g; Węglowodany ogółem: 340.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.22 g; Sód: 2990.80 mg; Potas: 5543.05 mg; Wapń: 1087.90 mg; Fosfor: 1980.63 mg; Błonnik pokarmowy: 33.58 g; suma cukrów prostych: 75.50 g; Woda: 1767.87 g; Popiół: 24.03 g;		
środa 2026-10-28	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną zmiksowana 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Twarożek 60g (***MLEKO, LAKTOZA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Dynia duszona puree 50g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zmiksowany 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka gotowany zmielony 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane 250g (***MLEKO***), Marchew 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 zmiksowany 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 60g (***SELER, GORCZYCA***), Marchew duszona puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1928.40 kcal; Energia: 8071.61 kJ; Białko ogółem: 97.40 g; białko zwierzęce: 66.25 g; białko roślinne: 28.61 g; Tłuszcz: 57.78 g; Węglowodany ogółem: 280.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.22 g; Sód: 2750.61 mg; Potas: 5475.29 mg; Wapń: 1026.26 mg; Fosfor: 1654.92 mg; Błonnik pokarmowy: 28.76 g; suma cukrów prostych: 58.10 g; Woda: 1719.36 g; Popiół: 21.58 g;		
czwartek 2026-10-29	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Jabłko 150g , Rzodkiewka 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g , Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 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***), Surówka z marchewki i słonecznika, skropiona olejem 200g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2109.05 kcal; Energia: 8480.96 kJ; Białko ogółem: 97.36 g; białko zwierzęce: 54.97 g; białko roślinne: 28.74 g; Tłuszcz: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 296.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.76 g; Sód: 3128.18 mg; Potas: 4615.73 mg; Wapń: 880.93 mg; Fosfor: 1408.94 mg; Błonnik pokarmowy: 35.25 g; suma cukrów prostych: 52.00 g; Woda: 1490.20 g; Popiół: 18.62 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-29	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Jabłko pieczone 150g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (***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***), Marchewka z groszkiem, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2153.20 kcal; Energia: 9024.76 kJ; Białko ogółem: 101.61 g; białko zwierzęce: 55.58 g; białko roślinne: 35.50 g; Tłuszcz: 75.82 g; Węglowodany ogółem: 302.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.81 g; Sód: 2849.80 mg; Potas: 5042.87 mg; Wapń: 850.39 mg; Fosfor: 1588.76 mg; Błonnik pokarmowy: 38.92 g; suma cukrów prostych: 52.50 g; Woda: 1468.81 g; Popiół: 19.66 g;		
czwartek 2026-10-29	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Jabłko 150g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Rzodkiewka 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 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***), Surówka z marchewki i słonecznika, skropiona olejem 200g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 40g (***., SELER, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2235.94 kcal; Energia: 9008.04 kJ; Białko ogółem: 98.79 g; białko zwierzęce: 53.32 g; białko roślinne: 31.82 g; Tłuszcz: 74.95 g; Węglowodany ogółem: 312.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.41 g; Sód: 2698.18 mg; Potas: 4263.51 mg; Wapń: 793.08 mg; Fosfor: 1162.15 mg; Błonnik pokarmowy: 26.80 g; suma cukrów prostych: 48.12 g; Woda: 1442.78 g; Popiół: 16.29 g;		
czwartek 2026-10-29	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka drobiowa gotowana 40g , Pomidor bez skórki 100g , Mus owocowy 120g 1szt , Kakao 300ml (***MLEKO***), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Sałata 10g ,	Rosołek z kaszą manną 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***), 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 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 1877.63 kcal; Energia: 7863.40 kJ; Białko ogółem: 95.96 g; białko zwierzęce: 54.25 g; białko roślinne: 32.21 g; Tłuszcz: 49.95 g; Węglowodany ogółem: 277.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.67 g; Sód: 2884.49 mg; Potas: 4228.87 mg; Wapń: 720.47 mg; Fosfor: 1366.46 mg; Błonnik pokarmowy: 21.35 g; suma cukrów prostych: 62.36 g; Woda: 1362.65 g; Popiół: 17.89 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-29	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Ser mozzarella light (kulka) 60g , Jabłko pieczone 150g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (***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***), Marchewka z groszkiem, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , **Podwieczorek:** Maślanka 200ml (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka dębowa drobiowa 50g (***., SELER, GORCZYCA***), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2348.62 kcal; Energia: 9844.91 kJ; Białko ogółem: 118.83 g; białko zwierzęce: 70.44 g; białko roślinne: 35.50 g; Tłuszcz: 84.02 g; Węglowodany ogółem: 315.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.28 g; Sód: 3179.64 mg; Potas: 5444.06 mg; Wapń: 1115.60 mg; Fosfor: 1833.14 mg; Błonnik pokarmowy: 38.92 g; suma cukrów prostych: 62.94 g; Woda: 1680.29 g; Popiół: 21.65 g;		
czwartek 2026-10-29	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z ryżem zmiksowana 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta mięsna z warzywami 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kakao 300ml (***MLEKO***), Marchew 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***), Mięso z udka kurczaka gotowane zmielone 90g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki puree 250g , 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 , Twarożek 60g (***MLEKO, LAKTOZA***), Cukinia duszona puree 45g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 1821.17 kcal; Energia: 7630.25 kJ; Białko ogółem: 80.27 g; białko zwierzęce: 51.86 g; białko roślinne: 28.17 g; Tłuszcz: 60.64 g; Węglowodany ogółem: 259.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.52 g; Sód: 2103.43 mg; Potas: 5285.74 mg; Wapń: 1015.20 mg; Fosfor: 1556.38 mg; Błonnik pokarmowy: 23.60 g; suma cukrów prostych: 56.69 g; Woda: 1637.67 g; Popiół: 20.29 g;		
piątek 2026-10-30	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 100g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk panierowany z pieca 90g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Mizeria z jogurtem naturalnym 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Hummus z dodatkiem oleju 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Sałatka z pomidora z dodatkiem oleju 100g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2106.91 kcal; Energia: 8467.43 kJ; Białko ogółem: 103.11 g; białko zwierzęce: 51.61 g; białko roślinne: 29.98 g; Tłuszcz: 63.03 g; Węglowodany ogółem: 301.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.78 g; Sód: 3787.27 mg; Potas: 4603.07 mg; Wapń: 1178.25 mg; Fosfor: 1641.26 mg; Błonnik pokarmowy: 24.29 g; suma cukrów prostych: 57.04 g; Woda: 1670.63 g; Popiół: 22.79 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-30	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 100g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany 90g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kompot owocowy 300ml , Szpinak gotowany, skropiony olejem 200g (***MLEKO***), Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy z ziołami 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Sałatka z pomidora z dodatkiem oleju 100g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1931.71 kcal; Energia: 7746.84 kJ; Białko ogółem: 102.19 g; białko zwierzęce: 54.52 g; białko roślinne: 31.63 g; Tłuszcz: 56.78 g; Węglowodany ogółem: 280.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.06 g; Sód: 3598.14 mg; Potas: 4639.20 mg; Wapń: 1213.85 mg; Fosfor: 1659.28 mg; Błonnik pokarmowy: 30.08 g; suma cukrów prostych: 54.59 g; Woda: 1574.32 g; Popiół: 23.73 g;		
piątek 2026-10-30	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Bułka grahamka 1szt (***GLUTEN, JAJA, ŻYTO***), Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor 100g , Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany 90g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Mizeria z jogurtem naturalnym 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Hummus z dodatkiem oleju 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Sałatka z pomidora z dodatkiem oleju 100g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2208.48 kcal; Energia: 8912.68 kJ; Białko ogółem: 107.04 g; białko zwierzęce: 50.52 g; białko roślinne: 36.00 g; Tłuszcz: 57.62 g; Węglowodany ogółem: 332.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.78 g; Sód: 3330.61 mg; Potas: 4486.18 mg; Wapń: 1134.15 mg; Fosfor: 1582.61 mg; Błonnik pokarmowy: 24.09 g; suma cukrów prostych: 56.42 g; Woda: 1649.41 g; Popiół: 21.48 g;		
piątek 2026-10-30	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Banan 150g , Pomidor bez skórki 100g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***),	Rosołek z kaszą jaglaną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany 90g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Serek kanapkowy z ziołami 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (***SELER, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2028.96 kcal; Energia: 8149.69 kJ; Białko ogółem: 104.18 g; białko zwierzęce: 53.18 g; białko roślinne: 35.42 g; Tłuszcz: 41.88 g; Węglowodany ogółem: 334.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.30 g; Sód: 3368.66 mg; Potas: 5372.34 mg; Wapń: 1148.03 mg; Fosfor: 1635.14 mg; Błonnik pokarmowy: 29.80 g; suma cukrów prostych: 80.70 g; Woda: 1741.63 g; Popiół: 23.37 g;		
piątek 2026-10-30	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek wiejski 110g (***MLEKO, LAKTOZA***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor 100g , Sałata 10g , Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany 90g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Szpinak gotowany, skropiony olejem 200g (***MLEKO***), **Podwieczorek:** Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 5g , Szynka drobiowa 30g ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 50g (***SELER, GORCZYCA***), Serek kanapkowy z ziołami 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Sałatka z pomidora z dodatkiem oleju 100g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2151.95 kcal; Energia: 8670.64 kJ; Białko ogółem: 122.57 g; białko zwierzęce: 72.82 g; białko roślinne: 33.65 g; Tłuszcz: 64.04 g; Węglowodany ogółem: 299.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.94 g; Sód: 4149.82 mg; Potas: 4850.90 mg; Wapń: 1285.84 mg; Fosfor: 1852.05 mg; Błonnik pokarmowy: 31.82 g; suma cukrów prostych: 57.56 g; Woda: 1654.17 g; Popiół: 25.53 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-30	**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***), Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmiksowany 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany zmielony 100g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane puree 250g (***MLEKO***), Dynia duszona puree, skropiona olejem 200g , Kompot owocowy 250ml , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmiksowany 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Serek kanapkowy z ziołami 70g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, 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: 1923.88 kcal; Energia: 7668.67 kJ; Białko ogółem: 93.92 g; białko zwierzęce: 44.13 g; białko roślinne: 32.23 g; Tłuszcz: 52.57 g; Węglowodany ogółem: 296.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.83 g; Sód: 2507.63 mg; Potas: 5339.13 mg; Wapń: 1119.64 mg; Fosfor: 1580.04 mg; Błonnik pokarmowy: 31.26 g; suma cukrów prostych: 54.87 g; Woda: 1654.89 g; Popiół: 21.61 g;		
sobota 2026-10-31	**Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA**	
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Papryka 100g , Serek włoski 50g (***MLEKO***),	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Kasza gryczana gotowana 150g , Surówka colesław, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2722.02 kcal; Energia: 11409.05 kJ; Białko ogółem: 124.80 g; białko zwierzęce: 76.91 g; białko roślinne: 47.44 g; Tłuszcz: 91.76 g; Węglowodany ogółem: 379.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.81 g; Sód: 1610.96 mg; Potas: 4498.49 mg; Wapń: 902.84 mg; Fosfor: 2160.97 mg; Błonnik pokarmowy: 34.80 g; suma cukrów prostych: 57.98 g; Woda: 1429.64 g; Popiół: 18.91 g;		
sobota 2026-10-31	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor 100g , Serek włoski 50g (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Kasza jęczmienna gotowana 150g (***GLUTEN***), 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 , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2517.72 kcal; Energia: 10552.08 kJ; Białko ogółem: 114.10 g; białko zwierzęce: 77.87 g; białko roślinne: 35.78 g; Tłuszcz: 81.17 g; Węglowodany ogółem: 366.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.07 g; Sód: 1866.79 mg; Potas: 4531.11 mg; Wapń: 833.57 mg; Fosfor: 1909.22 mg; Błonnik pokarmowy: 36.19 g; suma cukrów prostych: 59.35 g; Woda: 1402.61 g; Popiół: 17.81 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-31	**Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**	
Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Jabłko 1szt , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Papryka 100g , Serek włoski 50g (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Kasza gryczana gotowana 150g , Surówka colesław, skropiona olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2639.29 kcal; Energia: 11057.71 kJ; Białko ogółem: 123.58 g; białko zwierzęce: 75.81 g; białko roślinne: 47.32 g; Tłuszcz: 91.40 g; Węglowodany ogółem: 353.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.28 g; Sód: 1118.45 mg; Potas: 3591.85 mg; Wapń: 837.40 mg; Fosfor: 1963.06 mg; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; suma cukrów prostych: 35.35 g; Woda: 1385.91 g; Popiół: 15.56 g;		
sobota 2026-10-31	**Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA**	
Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Polędwica premium 40g , Mus owocowy 120g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor bez skórki 100g , Serek włoski 50g (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Rosół z ryżem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Szynka z indyka 40g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2016.37 kcal; Energia: 8438.58 kJ; Białko ogółem: 108.04 g; białko zwierzęce: 76.39 g; białko roślinne: 31.65 g; Tłuszcz: 61.97 g; Węglowodany ogółem: 275.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.06 g; Sód: 2435.59 mg; Potas: 4229.99 mg; Wapń: 718.42 mg; Fosfor: 1548.53 mg; Błonnik pokarmowy: 21.90 g; suma cukrów prostych: 55.23 g; Woda: 1468.13 g; Popiół: 18.30 g;		
sobota 2026-10-31	**Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 50g , Serek włoski 90g (***MLEKO***), Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pomidor 100g , Sałata 10g ,	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Kasza jęczmienna gotowana 150g (***GLUTEN***), 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:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2800.37 kcal; Energia: 10855.72 kJ; Białko ogółem: 128.63 g; białko zwierzęce: 89.00 g; białko roślinne: 35.78 g; Tłuszcz: 85.49 g; Węglowodany ogółem: 372.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.24 g; Sód: 1948.04 mg; Potas: 4616.55 mg; Wapń: 871.48 mg; Fosfor: 2021.44 mg; Błonnik pokarmowy: 36.19 g; suma cukrów prostych: 60.64 g; Woda: 1439.64 g; Popiół: 18.39 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-31	**Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (***MLEKO***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z serka włoskiego 80g (***MLEKO***), Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Marchewka z groszkiem zmiksowana 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***),	Zupa grysikowa zmiksowana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Sos pietruszkowy 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 grysikowa zmiksowana 400ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Baton pszenny 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 50g (***SELER, GORCZYCA***), Cukinia duszona puree 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Herbata z cytryną 300ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2036.57 kcal; Energia: 8521.64 kJ; Białko ogółem: 109.49 g; białko zwierzęce: 77.96 g; białko roślinne: 31.29 g; Tłuszcz: 72.11 g; Węglowodany ogółem: 258.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.90 g; Sód: 2339.52 mg; Potas: 4896.06 mg; Wapń: 1033.86 mg; Fosfor: 1846.12 mg; Błonnik pokarmowy: 23.30 g; suma cukrów prostych: 49.34 g; Woda: 1619.24 g; Popiół: 20.42 g;		

Dietetyk

.....

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