Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-01	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 20g , Hummus 10g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Pomarańcza 150g , Sałata 10g , Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Rosół z makaronem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 60g , Kapusta czerwona gotowana, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z koperkiem 10g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1294.67 kcal; Energia: 5420.90 kJ; Białko ogółem: 54.41 g; białko zwierzęce: 37.48 g; białko roślinne: 16.17 g; Tłuszcz: 45.11 g; Węglowodany ogółem: 180.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.98 g; Sód: 793.38 mg; Potas: 2463.34 mg; Wapń: 724.03 mg; Fosfor: 837.64 mg; Błonnik pokarmowy: 15.46 g; suma cukrów prostych: 62.19 g; Woda: 936.58 g; Popiół: 9.53 g;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 20g , Hummus 30g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Pomarańcza 150g , Sałata 10g , Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Rosół z makaronem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 100g , Kapusta czerwona gotowana, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy z koperkiem 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1830.76 kcal; Energia: 7666.47 kJ; Białko ogółem: 77.83 g; białko zwierzęce: 49.64 g; białko roślinne: 25.72 g; Tłuszcz: 60.73 g; Węglowodany ogółem: 259.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.55 g; Sód: 1177.65 mg; Potas: 3109.04 mg; Wapń: 802.50 mg; Fosfor: 1098.28 mg; Błonnik pokarmowy: 20.68 g; suma cukrów prostych: 64.56 g; Woda: 1091.13 g; Popiół: 12.31 g;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 30g , Hummus 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Pomarańcza 150g , Sałata 10g , Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Rosół z makaronem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 230g , Kapusta czerwona gotowana, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z koperkiem 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2236.46 kcal; Energia: 9361.48 kJ; Białko ogółem: 91.41 g; białko zwierzęce: 55.10 g; białko roślinne: 32.55 g; Tłuszcz: 74.28 g; Węglowodany ogółem: 319.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.84 g; Sód: 1701.39 mg; Potas: 3855.86 mg; Wapń: 849.50 mg; Fosfor: 1242.11 mg; Błonnik pokarmowy: 24.99 g; suma cukrów prostych: 66.44 g; Woda: 1250.96 g; Popiół: 15.45 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-01	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 20g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Ser mozzarella 10g (***MLEKO***), Pomarańcza 150g , Sałata 10g , Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Rosół z makaronem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 60g , Brokuły parowane, skropione olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z koperkiem 10g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1250.92 kcal; Energia: 5240.43 kJ; Białko ogółem: 55.23 g; białko zwierzęce: 39.49 g; białko roślinne: 15.75 g; Tłuszcz: 44.00 g; Węglowodany ogółem: 173.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.87 g; Sód: 1047.21 mg; Potas: 2535.60 mg; Wapń: 782.08 mg; Fosfor: 931.81 mg; Błonnik pokarmowy: 16.72 g; suma cukrów prostych: 62.81 g; Woda: 939.84 g; Popiół: 10.51 g;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 20g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Ser mozzarella 30g (***MLEKO***), Pomarańcza 150g , Sałata 10g , Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Rosół z makaronem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 100g , Brokuły parowane, skropione olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z koperkiem 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1735.16 kcal; Energia: 7268.03 kJ; Białko ogółem: 80.19 g; białko zwierzęce: 55.64 g; białko roślinne: 24.55 g; Tłuszcz: 58.78 g; Węglowodany ogółem: 243.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.22 g; Sód: 1896.33 mg; Potas: 3309.72 mg; Wapń: 985.02 mg; Fosfor: 1354.37 mg; Błonnik pokarmowy: 24.49 g; suma cukrów prostych: 66.55 g; Woda: 1114.57 g; Popiół: 15.26 g;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 30g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Ser mozzarella 50g (***MLEKO***), Pomarańcza 150g , Sałata 10g , Babka piaskowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO***),	Rosół z makaronem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 230g , Brokuły parowane, skropione olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z koperkiem 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2129.39 kcal; Energia: 8918.49 kJ; Białko ogółem: 95.70 g; białko zwierzęce: 64.65 g; białko roślinne: 31.05 g; Tłuszcz: 73.42 g; Węglowodany ogółem: 298.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.63 g; Sód: 2736.34 mg; Potas: 4108.48 mg; Wapń: 1138.49 mg; Fosfor: 1604.34 mg; Błonnik pokarmowy: 29.75 g; suma cukrów prostych: 68.97 g; Woda: 1285.32 g; Popiół: 19.77 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Pomidor 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Sok NFC 200ml 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Sałata 10g ,	zupa pieczarkowa z ziemniakami 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Ziemniaki 60g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pomidorowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z rzodkiewką 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1184.15 kcal; Energia: 4723.81 kJ; Białko ogółem: 53.76 g; białko zwierzęce: 36.49 g; białko roślinne: 15.19 g; Tłuszcz: 52.09 g; Węglowodany ogółem: 142.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.91 g; Sód: 1142.35 mg; Potas: 3003.71 mg; Wapń: 678.41 mg; Fosfor: 998.22 mg; Błonnik pokarmowy: 17.07 g; suma cukrów prostych: 38.31 g; Woda: 1105.18 g; Popiół: 12.02 g;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Pomidor 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Sok NFC 200ml 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Sałata 10g ,	zupa pieczarkowa z ziemniakami 250g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Ziemniaki 100g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pomidorowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z rzodkiewką 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1733.83 kcal; Energia: 6976.76 kJ; Białko ogółem: 77.65 g; białko zwierzęce: 49.85 g; białko roślinne: 25.31 g; Tłuszcz: 67.70 g; Węglowodany ogółem: 224.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.26 g; Sód: 1665.06 mg; Potas: 3841.87 mg; Wapń: 776.91 mg; Fosfor: 1354.73 mg; Błonnik pokarmowy: 23.18 g; suma cukrów prostych: 41.07 g; Woda: 1334.92 g; Popiół: 15.81 g;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Sok NFC 200ml 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Sałata 10g ,	zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Ziemniaki 230g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 200g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pomidorowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z rzodkiewką 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2157.66 kcal; Energia: 9029.44 kJ; Białko ogółem: 91.29 g; białko zwierzęce: 56.26 g; białko roślinne: 35.03 g; Tłuszcz: 78.92 g; Węglowodany ogółem: 297.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.69 g; Sód: 2315.76 mg; Potas: 5356.22 mg; Wapń: 881.91 mg; Fosfor: 1653.72 mg; Błonnik pokarmowy: 30.20 g; suma cukrów prostych: 44.47 g; Woda: 1688.84 g; Popiół: 21.43 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Sok NFC 200ml 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Sałata 10g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Ziemniaki 60g , Cukinia duszona, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pomidorowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1024.67 kcal; Energia: 4293.14 kJ; Białko ogółem: 49.15 g; białko zwierzęce: 36.86 g; białko roślinne: 12.29 g; Tłuszcz: 42.48 g; Węglowodany ogółem: 124.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.51 g; Sód: 1194.91 mg; Potas: 2743.82 mg; Wapń: 634.76 mg; Fosfor: 946.89 mg; Błonnik pokarmowy: 13.56 g; suma cukrów prostych: 37.74 g; Woda: 979.52 g; Popiół: 10.60 g;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Sok NFC 200ml 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Sałata 10g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Ziemniaki 100g , Cukinia duszona, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pomidorowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1523.07 kcal; Energia: 6379.89 kJ; Białko ogółem: 72.21 g; białko zwierzęce: 51.21 g; białko roślinne: 21.00 g; Tłuszcz: 57.85 g; Węglowodany ogółem: 198.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.18 g; Sód: 1947.09 mg; Potas: 3583.84 mg; Wapń: 754.76 mg; Fosfor: 1365.14 mg; Błonnik pokarmowy: 21.11 g; suma cukrów prostych: 41.56 g; Woda: 1191.80 g; Popiół: 14.82 g;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Sok NFC 200ml 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Sałata 10g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Ziemniaki 230g , Cukinia duszona, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pomidorowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1959.06 kcal; Energia: 8202.81 kJ; Białko ogółem: 87.69 g; białko zwierzęce: 58.41 g; białko roślinne: 29.28 g; Tłuszcz: 71.12 g; Węglowodany ogółem: 268.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.59 g; Sód: 2639.16 mg; Potas: 4994.46 mg; Wapń: 833.24 mg; Fosfor: 1662.82 mg; Błonnik pokarmowy: 27.92 g; suma cukrów prostych: 44.91 g; Woda: 1467.07 g; Popiół: 19.93 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-03	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek włoski 10g (***MLEKO***), Papryka 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 60g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica sopocka 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1036.65 kcal; Energia: 4346.56 kJ; Białko ogółem: 55.24 g; białko zwierzęce: 42.17 g; białko roślinne: 13.07 g; Tłuszcz: 45.06 g; Węglowodany ogółem: 113.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.39 g; Sód: 1092.03 mg; Potas: 2207.03 mg; Wapń: 595.48 mg; Fosfor: 874.59 mg; Błonnik pokarmowy: 11.45 g; suma cukrów prostych: 27.89 g; Woda: 790.21 g; Popiół: 9.12 g;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek włoski 30g (***MLEKO***), Papryka 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 100g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 60ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica sopocka 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1591.73 kcal; Energia: 6669.99 kJ; Białko ogółem: 87.50 g; białko zwierzęce: 64.68 g; białko roślinne: 22.82 g; Tłuszcz: 60.73 g; Węglowodany ogółem: 188.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.50 g; Sód: 1610.72 mg; Potas: 3041.17 mg; Wapń: 679.93 mg; Fosfor: 1265.97 mg; Błonnik pokarmowy: 16.85 g; suma cukrów prostych: 30.64 g; Woda: 978.01 g; Popiół: 12.78 g;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek włoski 40g (***MLEKO***), Papryka 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 30g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 230g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Polędwica sopocka 30g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1971.69 kcal; Energia: 8260.05 kJ; Białko ogółem: 103.00 g; białko zwierzęce: 73.45 g; białko roślinne: 29.56 g; Tłuszcz: 72.99 g; Węglowodany ogółem: 243.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.86 g; Sód: 2253.09 mg; Potas: 3881.18 mg; Wapń: 725.90 mg; Fosfor: 1473.79 mg; Błonnik pokarmowy: 21.14 g; suma cukrów prostych: 32.58 g; Woda: 1134.55 g; Popiół: 16.14 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-03	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek włoski 10g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 60g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica sopocka 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1008.63 kcal; Energia: 4227.94 kJ; Białko ogółem: 54.73 g; białko zwierzęce: 42.50 g; białko roślinne: 12.23 g; Tłuszcz: 44.99 g; Węglowodany ogółem: 108.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.45 g; Sód: 1238.76 mg; Potas: 2319.82 mg; Wapń: 603.50 mg; Fosfor: 910.29 mg; Błonnik pokarmowy: 12.77 g; suma cukrów prostych: 28.64 g; Woda: 770.89 g; Popiół: 9.52 g;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek włoski 30g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 100g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica sopocka 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1531.28 kcal; Energia: 6416.99 kJ; Białko ogółem: 86.72 g; białko zwierzęce: 65.56 g; białko roślinne: 21.16 g; Tłuszcz: 60.64 g; Węglowodany ogółem: 179.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.71 g; Sód: 1965.58 mg; Potas: 3273.93 mg; Wapń: 717.69 mg; Fosfor: 1385.34 mg; Błonnik pokarmowy: 21.04 g; suma cukrów prostych: 32.69 g; Woda: 974.93 g; Popiół: 14.13 g;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek włoski 40g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 30g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 230g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Polędwica sopocka 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z dorsza z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1906.57 kcal; Energia: 7988.01 kJ; Białko ogółem: 102.29 g; białko zwierzęce: 74.55 g; białko roślinne: 27.74 g; Tłuszcz: 73.20 g; Węglowodany ogółem: 234.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.16 g; Sód: 2745.62 mg; Potas: 4164.07 mg; Wapń: 775.92 mg; Fosfor: 1627.80 mg; Błonnik pokarmowy: 26.52 g; suma cukrów prostych: 35.15 g; Woda: 1138.33 g; Popiół: 18.01 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-04	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jabłko 150g , Ogórek zielony 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 60g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 50g , **Podwieczorek:** Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Ogórek kiszony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 10g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1120.90 kcal; Energia: 4696.11 kJ; Białko ogółem: 47.25 g; białko zwierzęce: 34.71 g; białko roślinne: 12.54 g; Tłuszcz: 45.91 g; Węglowodany ogółem: 144.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.40 g; Sód: 1175.83 mg; Potas: 2158.18 mg; Wapń: 704.86 mg; Fosfor: 845.87 mg; Błonnik pokarmowy: 15.38 g; suma cukrów prostych: 44.01 g; Woda: 978.87 g; Popiół: 10.08 g;		
środa 2026-11-04	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jabłko 150g , Ogórek zielony 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 90g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 100g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 50g , **Podwieczorek:** Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Ogórek kiszony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 30g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1824.95 kcal; Energia: 7641.98 kJ; Białko ogółem: 71.33 g; białko zwierzęce: 44.26 g; białko roślinne: 27.07 g; Tłuszcz: 68.21 g; Węglowodany ogółem: 253.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.32 g; Sód: 1616.94 mg; Potas: 2909.80 mg; Wapń: 808.22 mg; Fosfor: 1176.06 mg; Błonnik pokarmowy: 23.81 g; suma cukrów prostych: 54.70 g; Woda: 1150.17 g; Popiół: 14.39 g;		
środa 2026-11-04	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Chleb razowy 50g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jabłko 150g , Ogórek zielony 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 90g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 230g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 80g , **Podwieczorek:** Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Ogórek kiszony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 2218.45 kcal; Energia: 9287.34 kJ; Białko ogółem: 84.83 g; białko zwierzęce: 50.22 g; białko roślinne: 34.61 g; Tłuszcz: 82.80 g; Węglowodany ogółem: 309.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.02 g; Sód: 2150.62 mg; Potas: 3739.70 mg; Wapń: 868.38 mg; Fosfor: 1389.18 mg; Błonnik pokarmowy: 29.24 g; suma cukrów prostych: 57.33 g; Woda: 1331.16 g; Popiół: 17.78 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-04	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jabłko pieczone 150g , Pomidor 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 60g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 50g , **Podwieczorek:** Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 10g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1152.25 kcal; Energia: 4827.86 kJ; Białko ogółem: 48.58 g; białko zwierzęce: 35.26 g; białko roślinne: 13.32 g; Tłuszcz: 46.44 g; Węglowodany ogółem: 153.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.58 g; Sód: 1072.32 mg; Potas: 2430.17 mg; Wapń: 724.26 mg; Fosfor: 921.88 mg; Błonnik pokarmowy: 18.80 g; suma cukrów prostych: 45.11 g; Woda: 972.91 g; Popiół: 10.28 g;		
środa 2026-11-04	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jabłko pieczone 150g , Pomidor 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 90g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 100g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 50g , **Podwieczorek:** Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 30g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1856.30 kcal; Energia: 7773.74 kJ; Białko ogółem: 72.67 g; białko zwierzęce: 44.81 g; białko roślinne: 27.85 g; Tłuszcz: 68.73 g; Węglowodany ogółem: 262.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.50 g; Sód: 1513.42 mg; Potas: 3181.79 mg; Wapń: 827.62 mg; Fosfor: 1252.06 mg; Błonnik pokarmowy: 27.23 g; suma cukrów prostych: 55.81 g; Woda: 1144.20 g; Popiół: 14.59 g;		
środa 2026-11-04	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jabłko pieczone 150g , Pomidor 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 90g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 230g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 80g , **Podwieczorek:** Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 2189.60 kcal; Energia: 9167.46 kJ; Białko ogółem: 84.60 g; białko zwierzęce: 50.77 g; białko roślinne: 33.83 g; Tłuszcz: 83.06 g; Węglowodany ogółem: 306.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.19 g; Sód: 2046.50 mg; Potas: 4011.69 mg; Wapń: 887.77 mg; Fosfor: 1465.19 mg; Błonnik pokarmowy: 32.66 g; suma cukrów prostych: 58.43 g; Woda: 1325.20 g; Popiół: 17.98 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-05	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 200ml (***MLEKO***), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Śliwka 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Twarożek ze szczypiorkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Leczo z kurczakiem z dodatkiem oleju 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany 60g (***GLUTEN, JAJA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1223.32 kcal; Energia: 5042.86 kJ; Białko ogółem: 64.24 g; białko zwierzęce: 42.84 g; białko roślinne: 16.74 g; Tłuszcz: 41.74 g; Węglowodany ogółem: 161.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.54 g; Sód: 1350.76 mg; Potas: 2359.85 mg; Wapń: 816.07 mg; Fosfor: 1023.10 mg; Błonnik pokarmowy: 14.67 g; suma cukrów prostych: 44.94 g; Woda: 971.26 g; Popiół: 10.44 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 200ml (***MLEKO***), Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Śliwka 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Twarożek ze szczypiorkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Leczo z kurczakiem z dodatkiem oleju 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany 90g (***GLUTEN, JAJA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1643.46 kcal; Energia: 6801.65 kJ; Białko ogółem: 80.44 g; białko zwierzęce: 48.72 g; białko roślinne: 26.89 g; Tłuszcz: 47.71 g; Węglowodany ogółem: 239.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.62 g; Sód: 1796.63 mg; Potas: 2776.65 mg; Wapń: 887.26 mg; Fosfor: 1220.90 mg; Błonnik pokarmowy: 19.69 g; suma cukrów prostych: 47.65 g; Woda: 1064.45 g; Popiół: 12.85 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 200ml (***MLEKO***), Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 30g , Pomidor 50g , Śliwka 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Twarożek ze szczypiorkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Leczo z kurczakiem z dodatkiem oleju 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany 130g (***GLUTEN, JAJA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2101.98 kcal; Energia: 8677.95 kJ; Białko ogółem: 105.31 g; białko zwierzęce: 64.42 g; białko roślinne: 33.90 g; Tłuszcz: 66.90 g; Węglowodany ogółem: 289.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.75 g; Sód: 2260.44 mg; Potas: 3359.06 mg; Wapń: 970.11 mg; Fosfor: 1529.00 mg; Błonnik pokarmowy: 23.80 g; suma cukrów prostych: 49.94 g; Woda: 1238.33 g; Popiół: 15.71 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Banan 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Twarożek z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Leczo z kurczakiem bez papryki z dodatkiem oleju 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany 60g (***GLUTEN, JAJA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1315.97 kcal; Energia: 5434.18 kJ; Białko ogółem: 62.98 g; białko zwierzęce: 43.65 g; białko roślinne: 14.67 g; Tłuszcz: 41.51 g; Węglowodany ogółem: 186.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.53 g; Sód: 1422.33 mg; Potas: 2932.02 mg; Wapń: 795.06 mg; Fosfor: 1036.77 mg; Błonnik pokarmowy: 15.35 g; suma cukrów prostych: 66.00 g; Woda: 1042.94 g; Popiół: 11.63 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-05	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Banan 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Twarożek z koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Leczo z kurczakiem bez papryki z dodatkiem oleju 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany 90g (***GLUTEN, JAJA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1692.67 kcal; Energia: 7011.96 kJ; Białko ogółem: 79.15 g; białko zwierzęce: 51.04 g; białko roślinne: 23.28 g; Tłuszcz: 46.56 g; Węglowodany ogółem: 259.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.15 g; Sód: 1966.36 mg; Potas: 3422.97 mg; Wapń: 888.92 mg; Fosfor: 1316.33 mg; Błonnik pokarmowy: 22.55 g; suma cukrów prostych: 70.16 g; Woda: 1151.85 g; Popiół: 14.56 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 30g , Pomidor 50g , Banan 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Twarożek z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Leczo z kurczakiem bez papryki z dodatkiem oleju 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany 130g (***GLUTEN, JAJA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2122.23 kcal; Energia: 8766.81 kJ; Białko ogółem: 104.07 g; białko zwierzęce: 67.92 g; białko roślinne: 29.15 g; Tłuszcz: 64.67 g; Węglowodany ogółem: 305.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.72 g; Sód: 2380.15 mg; Potas: 4006.09 mg; Wapń: 976.65 mg; Fosfor: 1655.59 mg; Błonnik pokarmowy: 27.00 g; suma cukrów prostych: 73.16 g; Woda: 1331.99 g; Popiół: 17.31 g;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Schab ze spiżarni 20g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Serek włoski 30g (***MLEKO***), Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj panierowany z pieca 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA***), Surówka z kapusty kiszonej z marchewką, z dodatkiem oleju 60g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1260.24 kcal; Energia: 5278.34 kJ; Białko ogółem: 71.34 g; białko zwierzęce: 55.26 g; białko roślinne: 11.78 g; Tłuszcz: 56.95 g; Węglowodany ogółem: 123.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.09 g; Sód: 1160.44 mg; Potas: 2245.29 mg; Wapń: 624.54 mg; Fosfor: 1100.07 mg; Błonnik pokarmowy: 14.20 g; suma cukrów prostych: 26.67 g; Woda: 834.66 g; Popiół: 9.84 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-06	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Schab ze spiżarni 20g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Serek włoski 10g (***MLEKO***), Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj panierowany z pieca 90g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA***), Surówka z kapusty kiszonej z marchewką, z dodatkiem oleju 100g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1669.41 kcal; Energia: 6988.79 kJ; Białko ogółem: 88.66 g; białko zwierzęce: 63.29 g; białko roślinne: 21.07 g; Tłuszcz: 62.39 g; Węglowodany ogółem: 199.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.19 g; Sód: 1689.98 mg; Potas: 2907.31 mg; Wapń: 662.86 mg; Fosfor: 1380.52 mg; Błonnik pokarmowy: 19.48 g; suma cukrów prostych: 27.96 g; Woda: 977.49 g; Popiół: 13.09 g;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Schab ze spiżarni 30g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj panierowany z pieca 90g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA***), Surówka z kapusty kiszonej z marchewką, z dodatkiem oleju 120g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 30g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2123.80 kcal; Energia: 8888.30 kJ; Białko ogółem: 111.72 g; białko zwierzęce: 79.59 g; białko roślinne: 27.83 g; Tłuszcz: 76.89 g; Węglowodany ogółem: 261.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.67 g; Sód: 2422.23 mg; Potas: 3893.18 mg; Wapń: 754.57 mg; Fosfor: 1726.26 mg; Błonnik pokarmowy: 24.09 g; suma cukrów prostych: 31.03 g; Woda: 1211.76 g; Popiół: 17.31 g;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Schab ze spiżarni 20g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Serek włoski 30g (***MLEKO***), Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj parowany w piecu 50g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szpinak gotowany, skropiony olejem 60g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1161.72 kcal; Energia: 4866.33 kJ; Białko ogółem: 67.79 g; białko zwierzęce: 52.03 g; białko roślinne: 11.46 g; Tłuszcz: 52.02 g; Węglowodany ogółem: 115.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.06 g; Sód: 1132.34 mg; Potas: 2276.43 mg; Wapń: 656.19 mg; Fosfor: 1078.37 mg; Błonnik pokarmowy: 15.86 g; suma cukrów prostych: 27.25 g; Woda: 807.72 g; Popiół: 9.87 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-06	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Schab ze spiżarni 20g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Serek włoski 10g (***MLEKO***), Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj parowany w piecu 90g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szpinak gotowany, skropiony olejem 100g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1481.29 kcal; Energia: 6203.56 kJ; Białko ogółem: 82.10 g; białko zwierzęce: 57.76 g; białko roślinne: 20.05 g; Tłuszcz: 53.79 g; Węglowodany ogółem: 184.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.18 g; Sód: 1788.13 mg; Potas: 2981.76 mg; Wapń: 737.19 mg; Fosfor: 1389.64 mg; Błonnik pokarmowy: 23.76 g; suma cukrów prostych: 29.72 g; Woda: 952.79 g; Popiół: 13.79 g;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Schab ze spiżarni 30g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj parowany w piecu 90g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szpinak gotowany, skropiony olejem 200g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 30g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1937.75 kcal; Energia: 8110.92 kJ; Białko ogółem: 107.20 g; białko zwierzęce: 74.29 g; białko roślinne: 28.61 g; Tłuszcz: 68.80 g; Węglowodany ogółem: 246.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.21 g; Sód: 2623.85 mg; Potas: 4161.28 mg; Wapń: 908.82 mg; Fosfor: 1788.14 mg; Błonnik pokarmowy: 31.35 g; suma cukrów prostych: 33.42 g; Woda: 1268.58 g; Popiół: 19.55 g;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jabłko 150g , Papryka 50g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Serek kanapkowy z ziołami 10g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Bitka wieprzowa ze schabu 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 60g , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 10g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1049.44 kcal; Energia: 4395.70 kJ; Białko ogółem: 44.74 g; białko zwierzęce: 31.08 g; białko roślinne: 12.06 g; Tłuszcz: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 143.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.46 g; Sód: 866.51 mg; Potas: 2430.96 mg; Wapń: 484.58 mg; Fosfor: 697.10 mg; Błonnik pokarmowy: 16.24 g; suma cukrów prostych: 34.34 g; Woda: 886.52 g; Popiół: 8.99 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-07	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Chleb razowy 30g , Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jabłko 150g , Papryka 50g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Serek kanapkowy z ziołami 30g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 100g , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 30g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1538.00 kcal; Energia: 6440.60 kJ; Białko ogółem: 66.07 g; białko zwierzęce: 42.71 g; białko roślinne: 21.76 g; Tłuszcz: 52.25 g; Węglowodany ogółem: 219.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.29 g; Sód: 1782.77 mg; Potas: 3224.09 mg; Wapń: 578.10 mg; Fosfor: 1012.31 mg; Błonnik pokarmowy: 22.11 g; suma cukrów prostych: 40.69 g; Woda: 1065.14 g; Popiół: 13.50 g;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jabłko 150g , Papryka 50g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Serek kanapkowy z ziołami 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 230g , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 50g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1912.89 kcal; Energia: 8007.27 kJ; Białko ogółem: 79.39 g; białko zwierzęce: 49.82 g; białko roślinne: 27.97 g; Tłuszcz: 65.80 g; Węglowodany ogółem: 272.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.50 g; Sód: 2403.54 mg; Potas: 4110.69 mg; Wapń: 629.67 mg; Fosfor: 1211.48 mg; Błonnik pokarmowy: 26.09 g; suma cukrów prostych: 44.08 g; Woda: 1248.07 g; Popiół: 17.15 g;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jabłko pieczone 145g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Serek kanapkowy z ziołami 10g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Bitka wieprzowa ze schabu 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 60g , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1090.39 kcal; Energia: 4566.96 kJ; Białko ogółem: 47.33 g; białko zwierzęce: 33.26 g; białko roślinne: 12.47 g; Tłuszcz: 41.13 g; Węglowodany ogółem: 148.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.09 g; Sód: 1126.44 mg; Potas: 2531.98 mg; Wapń: 517.36 mg; Fosfor: 796.29 mg; Błonnik pokarmowy: 18.16 g; suma cukrów prostych: 35.18 g; Woda: 889.23 g; Popiół: 9.98 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-07	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jabłko pieczone 145g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Serek kanapkowy z ziołami 30g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 100g , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1578.34 kcal; Energia: 6609.11 kJ; Białko ogółem: 70.41 g; białko zwierzęce: 47.93 g; białko roślinne: 20.88 g; Tłuszcz: 58.10 g; Węglowodany ogółem: 213.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.88 g; Sód: 1963.98 mg; Potas: 3313.05 mg; Wapń: 613.30 mg; Fosfor: 1128.58 mg; Błonnik pokarmowy: 22.85 g; suma cukrów prostych: 40.99 g; Woda: 1078.68 g; Popiół: 14.30 g;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jabłko pieczone 145g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Serek kanapkowy z ziołami 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 230g , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1991.61 kcal; Energia: 8336.98 kJ; Białko ogółem: 86.92 g; białko zwierzęce: 58.51 g; białko roślinne: 26.81 g; Tłuszcz: 75.74 g; Węglowodany ogółem: 265.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.18 g; Sód: 2704.24 mg; Potas: 4284.79 mg; Wapń: 691.29 mg; Fosfor: 1412.43 mg; Błonnik pokarmowy: 27.99 g; suma cukrów prostych: 44.88 g; Woda: 1285.65 g; Popiół: 18.60 g;		
niedziela 2026-11-08	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Sałatka jarzynowa 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Szynka drobiowa 20g , Mandarynka 150g , Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml (***MLEKO, GLUTEN***),	Rosół z makaronem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka pieczone 80g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 60g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 10g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1494.61 kcal; Energia: 6123.77 kJ; Białko ogółem: 70.84 g; białko zwierzęce: 50.74 g; białko roślinne: 14.55 g; Tłuszcz: 69.53 g; Węglowodany ogółem: 159.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.78 g; Sód: 1626.62 mg; Potas: 2525.10 mg; Wapń: 711.45 mg; Fosfor: 1015.34 mg; Błonnik pokarmowy: 18.63 g; suma cukrów prostych: 45.43 g; Woda: 1013.54 g; Popiół: 11.87 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-08	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Sałatka jarzynowa 50g , Chleb razowy 30g , Mandarynka 150g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka drobiowa 20g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml (***MLEKO, GLUTEN***),	Rosół z makaronem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka pieczone 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 100g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 30g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1854.18 kcal; Energia: 7535.38 kJ; Białko ogółem: 91.16 g; białko zwierzęce: 65.11 g; białko roślinne: 19.68 g; Tłuszcz: 83.69 g; Węglowodany ogółem: 202.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.55 g; Sód: 2064.77 mg; Potas: 3148.00 mg; Wapń: 793.32 mg; Fosfor: 1311.76 mg; Błonnik pokarmowy: 24.07 g; suma cukrów prostych: 48.17 g; Woda: 1181.63 g; Popiół: 14.95 g;		
niedziela 2026-11-08	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Sałatka jarzynowa 50g , Chleb razowy 50g , Mandarynka 150g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka drobiowa 30g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Ketchup 17g 1szt , Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml (***MLEKO, GLUTEN***),	Rosół z makaronem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka pieczone 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 230g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 50g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2271.65 kcal; Energia: 9236.92 kJ; Białko ogółem: 106.21 g; białko zwierzęce: 72.87 g; białko roślinne: 26.22 g; Tłuszcz: 97.20 g; Węglowodany ogółem: 265.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.88 g; Sód: 2669.49 mg; Potas: 3920.43 mg; Wapń: 847.36 mg; Fosfor: 1507.38 mg; Błonnik pokarmowy: 28.47 g; suma cukrów prostych: 50.45 g; Woda: 1354.69 g; Popiół: 18.44 g;		
niedziela 2026-11-08	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Sałatka jarzynowa 50g , Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Szynka drobiowa 20g , Mandarynka 150g , Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml (***MLEKO, GLUTEN***),	Rosół z makaronem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka duszone 80g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 60g , Dynia duszona, skropiona olejem 60g , Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek włoski 10g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1440.74 kcal; Energia: 6039.94 kJ; Białko ogółem: 65.90 g; białko zwierzęce: 47.55 g; białko roślinne: 14.05 g; Tłuszcz: 67.08 g; Węglowodany ogółem: 157.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.90 g; Sód: 1710.14 mg; Potas: 2570.27 mg; Wapń: 735.89 mg; Fosfor: 1024.14 mg; Błonnik pokarmowy: 19.85 g; suma cukrów prostych: 46.90 g; Woda: 992.60 g; Popiół: 12.04 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-08	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Sałatka jarzynowa 50g , Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Mandarynka 150g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 20g , Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml (***MLEKO, GLUTEN***),	Udko kurczaka duszone 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 100g , Dynia duszona, skropiona olejem 100g , Kompot owocowy 200ml , Rosół z makaronem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 30g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1720.02 kcal; Energia: 7209.50 kJ; Białko ogółem: 83.52 g; białko zwierzęce: 60.11 g; białko roślinne: 19.11 g; Tłuszcz: 73.09 g; Węglowodany ogółem: 200.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.56 g; Sód: 2107.42 mg; Potas: 3183.16 mg; Wapń: 821.05 mg; Fosfor: 1298.52 mg; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; suma cukrów prostych: 50.04 g; Woda: 1141.34 g; Popiół: 14.84 g;		
niedziela 2026-11-08	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Sałatka jarzynowa 50g , Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Mandarynka 150g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 30g , Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Ketchup 17g 1szt , Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml (***MLEKO, GLUTEN***),	Rosół z makaronem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka duszone 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 230g , Dynia duszona, skropiona olejem 120g , Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 50g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2114.54 kcal; Energia: 8862.56 kJ; Białko ogółem: 98.06 g; białko zwierzęce: 68.09 g; białko roślinne: 25.35 g; Tłuszcz: 85.33 g; Węglowodany ogółem: 262.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.94 g; Sód: 2795.22 mg; Potas: 4015.67 mg; Wapń: 889.60 mg; Fosfor: 1527.59 mg; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; suma cukrów prostych: 53.06 g; Woda: 1315.53 g; Popiół: 18.67 g;		
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Gruszka 150g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy ze szczypiorkiem 10g (***MLEKO, LAKTOZA***), Papryka 60g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***),	Zupa brokułowa z ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kompot owocowy 200ml , Kasza gryczana gotowana 60g , Surówka z kapusty białej z zieleniną, skropiona olejem 60g (***MLEKO***), **Podwieczorek:** Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica sopocka 20g , Ogórek zielony 60g , Herbata z cytryną 200ml , Pasta z tuńczyka koperkiem 10g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1098.68 kcal; Energia: 4605.90 kJ; Białko ogółem: 46.26 g; białko zwierzęce: 26.13 g; białko roślinne: 20.13 g; Tłuszcz: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 159.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.74 g; Sód: 856.35 mg; Potas: 2315.76 mg; Wapń: 464.02 mg; Fosfor: 892.68 mg; Błonnik pokarmowy: 19.10 g; suma cukrów prostych: 21.82 g; Woda: 881.45 g; Popiół: 9.39 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Gruszka 150g , Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy ze szczypiorkiem 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Papryka 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***),	Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kompot owocowy 200ml , Kasza gryczana gotowana 90g , Surówka z kapusty białej z zieleniną, skropiona olejem 100g (***MLEKO***), **Podwieczorek:** Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta z tuńczyka koperkiem 30g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Polędwica sopocka 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1857.52 kcal; Energia: 7782.62 kJ; Białko ogółem: 77.50 g; białko zwierzęce: 41.18 g; białko roślinne: 36.32 g; Tłuszcz: 58.33 g; Węglowodany ogółem: 280.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.76 g; Sód: 1335.68 mg; Potas: 3053.44 mg; Wapń: 630.07 mg; Fosfor: 1392.34 mg; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; suma cukrów prostych: 33.70 g; Woda: 1046.54 g; Popiół: 14.21 g;		
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Gruszka 150g , Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy ze szczypiorkiem 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 25g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Papryka 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kompot owocowy 200ml , Kasza gryczana gotowana 130g , **Podwieczorek:** Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta z tuńczyka koperkiem 50g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Polędwica sopocka 25g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2237.35 kcal; Energia: 9373.33 kJ; Białko ogółem: 94.09 g; białko zwierzęce: 51.15 g; białko roślinne: 42.94 g; Tłuszcz: 72.92 g; Węglowodany ogółem: 326.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.03 g; Sód: 1593.54 mg; Potas: 3180.39 mg; Wapń: 600.46 mg; Fosfor: 1660.94 mg; Błonnik pokarmowy: 29.12 g; suma cukrów prostych: 34.13 g; Woda: 1022.26 g; Popiół: 15.47 g;		
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Gruszka pieczona 150g , Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 60g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Serek kanapkowy z pietruszką 10g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa brokułowa z ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 60g (***GLUTEN***), **Podwieczorek:** Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml , Pasta z tuńczyka koperkiem 10g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Polędwica sopocka 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1022.32 kcal; Energia: 4284.35 kJ; Białko ogółem: 39.45 g; białko zwierzęce: 24.71 g; białko roślinne: 14.74 g; Tłuszcz: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 152.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.87 g; Sód: 978.83 mg; Potas: 2153.94 mg; Wapń: 396.92 mg; Fosfor: 725.53 mg; Błonnik pokarmowy: 18.99 g; suma cukrów prostych: 21.37 g; Woda: 785.93 g; Popiół: 8.35 g;		
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Gruszka pieczona 150g , Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z pietruszką 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***),	Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 90g (***GLUTEN***), **Podwieczorek:** Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta z tuńczyka koperkiem 30g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Polędwica sopocka 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1732.40 kcal; Energia: 7257.37 kJ; Białko ogółem: 65.50 g; białko zwierzęce: 36.89 g; białko roślinne: 28.61 g; Tłuszcz: 53.57 g; Węglowodany ogółem: 271.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.43 g; Sód: 1436.31 mg; Potas: 2697.41 mg; Wapń: 503.60 mg; Fosfor: 1101.56 mg; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; suma cukrów prostych: 32.22 g; Woda: 900.03 g; Popiół: 12.30 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Gruszka pieczona 150g , Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z pietruszką 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***),	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 130g (***GLUTEN***), **Podwieczorek:** Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta z tuńczyka koperkiem 50g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Polędwica sopocka 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2117.21 kcal; Energia: 8867.92 kJ; Białko ogółem: 81.72 g; białko zwierzęce: 47.34 g; białko roślinne: 34.38 g; Tłuszcz: 66.58 g; Węglowodany ogółem: 326.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.64 g; Sód: 1862.59 mg; Potas: 3063.14 mg; Wapń: 564.01 mg; Fosfor: 1342.56 mg; Błonnik pokarmowy: 31.91 g; suma cukrów prostych: 34.15 g; Woda: 974.80 g; Popiół: 14.62 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Nektarynka 150g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 180g , Surówka z marchewki i jabłka, skropiona olejem 60g , Kompot owocowy 200ml , Jajka w sosie koperkowym 1 szt./50 ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Ser mozzarella 10g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1348.31 kcal; Energia: 5568.66 kJ; Białko ogółem: 61.28 g; białko zwierzęce: 39.22 g; białko roślinne: 18.05 g; Tłuszcz: 50.03 g; Węglowodany ogółem: 180.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.53 g; Sód: 1909.24 mg; Potas: 3351.92 mg; Wapń: 898.37 mg; Fosfor: 1248.66 mg; Błonnik pokarmowy: 18.41 g; suma cukrów prostych: 55.31 g; Woda: 1170.72 g; Popiół: 14.58 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Nektarynka 150g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 90g , Surówka z marchewki i jabłka, skropiona olejem 100g , Kompot owocowy 200ml , Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Ser mozzarella 30g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1801.78 kcal; Energia: 7466.78 kJ; Białko ogółem: 83.41 g; białko zwierzęce: 54.21 g; białko roślinne: 25.20 g; Tłuszcz: 68.05 g; Węglowodany ogółem: 238.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.13 g; Sód: 2692.00 mg; Potas: 3556.20 mg; Wapń: 1134.34 mg; Fosfor: 1656.59 mg; Błonnik pokarmowy: 25.24 g; suma cukrów prostych: 60.17 g; Woda: 1310.61 g; Popiół: 18.17 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-10	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Nektarynka 150g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 130g , Surówka z marchewki i jabłka, skropiona olejem 120g , Kompot owocowy 200ml , Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 30g , Ser mozzarella 50g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2153.44 kcal; Energia: 8896.37 kJ; Białko ogółem: 100.77 g; białko zwierzęce: 64.86 g; białko roślinne: 29.91 g; Tłuszcz: 84.72 g; Węglowodany ogółem: 275.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.13 g; Sód: 3337.10 mg; Potas: 4083.85 mg; Wapń: 1290.74 mg; Fosfor: 1947.71 mg; Błonnik pokarmowy: 29.58 g; suma cukrów prostych: 62.59 g; Woda: 1457.97 g; Popiół: 21.70 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Nektarynka 150g ,	Jajka w sosie koperkowym 1 szt./50 ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Zupa jarzynowa z ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 180g , Dynia duszona, skropiona olejem 60g , Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pasta twarogowa z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1306.65 kcal; Energia: 5394.97 kJ; Białko ogółem: 57.13 g; białko zwierzęce: 38.65 g; białko roślinne: 14.48 g; Tłuszcz: 51.87 g; Węglowodany ogółem: 168.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.21 g; Sód: 1785.70 mg; Potas: 3231.58 mg; Wapń: 876.89 mg; Fosfor: 1191.14 mg; Błonnik pokarmowy: 16.55 g; suma cukrów prostych: 54.55 g; Woda: 1154.81 g; Popiół: 14.05 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Nektarynka 150g ,	Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 90g , Dynia duszona, skropiona olejem 100g , Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pasta twarogowa z koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1743.36 kcal; Energia: 7223.74 kJ; Białko ogółem: 77.33 g; białko zwierzęce: 52.50 g; białko roślinne: 20.83 g; Tłuszcz: 70.45 g; Węglowodany ogółem: 222.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.01 g; Sód: 2363.46 mg; Potas: 3419.61 mg; Wapń: 1049.45 mg; Fosfor: 1549.84 mg; Błonnik pokarmowy: 22.70 g; suma cukrów prostych: 59.19 g; Woda: 1286.77 g; Popiół: 16.87 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-10	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Nektarynka 150g ,	Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 130g , Dynia duszona, skropiona olejem 120g , Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 90g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 30g , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2048.64 kcal; Energia: 8459.74 kJ; Białko ogółem: 91.93 g; białko zwierzęce: 61.90 g; białko roślinne: 24.03 g; Tłuszcz: 86.51 g; Węglowodany ogółem: 250.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.09 g; Sód: 2764.24 mg; Potas: 3905.48 mg; Wapń: 1128.31 mg; Fosfor: 1771.52 mg; Błonnik pokarmowy: 25.95 g; suma cukrów prostych: 61.38 g; Woda: 1428.11 g; Popiół: 19.35 g;		

Dietetyk

.....

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