Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-21	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kakao 200ml (***MLEKO***), Chleb razowy 30g , Ogórek zielony 50g , Szynka z piersi kurczaka 20g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Naleśniki z serem białym 1szt (***MLEKO, RYBY***), Kompot owocowy 200ml , Banan 150g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Papryka 50g , Herbata z cytryną 200ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1164.02 kcal; Energia: 4796.94 kJ; Białko ogółem: 46.88 g; białko zwierzęce: 29.63 g; białko roślinne: 13.25 g; Tłuszcz: 41.89 g; Węglowodany ogółem: 158.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.48 g; Sód: 454.50 mg; Potas: 2312.53 mg; Wapń: 591.37 mg; Fosfor: 673.12 mg; Błonnik pokarmowy: 10.35 g; suma cukrów prostych: 56.87 g; Woda: 762.85 g; Popiół: 8.03 g;		
środa 2026-10-21	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek z koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Ogórek zielony 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Naleśniki z serem białym 2szt (***MLEKO, RYBY***), Kompot owocowy 200ml , Banan 150g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta rybna z łososia z koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Papryka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1769.79 kcal; Energia: 7331.17 kJ; Białko ogółem: 75.17 g; białko zwierzęce: 48.25 g; białko roślinne: 22.92 g; Tłuszcz: 61.10 g; Węglowodany ogółem: 237.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.25 g; Sód: 563.32 mg; Potas: 2664.77 mg; Wapń: 730.65 mg; Fosfor: 920.77 mg; Błonnik pokarmowy: 11.83 g; suma cukrów prostych: 62.24 g; Woda: 897.35 g; Popiół: 9.67 g;		
środa 2026-10-21	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Chleb razowy 50g , Bułka maślana 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Twarożek z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szynka z piersi kurczaka 30g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Ogórek zielony 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Naleśniki z serem białym 3szt (***MLEKO, RYBY***), Kompot owocowy 200ml , Banan 150g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Papryka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2446.38 kcal; Energia: 10121.83 kJ; Białko ogółem: 106.98 g; białko zwierzęce: 69.88 g; białko roślinne: 31.10 g; Tłuszcz: 93.13 g; Węglowodany ogółem: 305.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.13 g; Sód: 1159.80 mg; Potas: 3143.65 mg; Wapń: 900.89 mg; Fosfor: 1272.78 mg; Błonnik pokarmowy: 14.74 g; suma cukrów prostych: 75.83 g; Woda: 1053.57 g; Popiół: 12.83 g;		
środa 2026-10-21	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Pomidor 50g , Twarożek z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Naleśniki z serem białym 1szt (***MLEKO, RYBY***), Kompot owocowy 200ml , Banan 150g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta rybna z łososia z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1120.10 kcal; Energia: 4612.57 kJ; Białko ogółem: 46.28 g; białko zwierzęce: 30.29 g; białko roślinne: 11.99 g; Tłuszcz: 41.94 g; Węglowodany ogółem: 152.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.64 g; Sód: 749.43 mg; Potas: 2498.22 mg; Wapń: 617.39 mg; Fosfor: 759.53 mg; Błonnik pokarmowy: 13.41 g; suma cukrów prostych: 58.40 g; Woda: 753.43 g; Popiół: 9.06 g;		
środa 2026-10-21	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek z koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Pomidor 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Naleśniki z serem białym 2szt (***MLEKO, RYBY***), Kompot owocowy 200ml , Banan 150g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta rybna z łososia z koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1672.87 kcal; Energia: 6927.62 kJ; Białko ogółem: 74.28 g; białko zwierzęce: 50.01 g; białko roślinne: 20.27 g; Tłuszcz: 61.55 g; Węglowodany ogółem: 224.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.74 g; Sód: 1352.25 mg; Potas: 3093.46 mg; Wapń: 816.67 mg; Fosfor: 1176.18 mg; Błonnik pokarmowy: 20.69 g; suma cukrów prostych: 66.37 g; Woda: 920.94 g; Popiół: 12.80 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 2026-10-21	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka maślana 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Twarożek z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szynka z piersi kurczaka 30g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Pomidor 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Naleśniki z serem białym 3szt (***MLEKO, RYBY***), Kompot owocowy 200ml , Banan 150g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2373.53 kcal; Energia: 9818.80 kJ; Białko ogółem: 106.79 g; białko zwierzęce: 71.59 g; białko roślinne: 29.20 g; Tłuszcz: 93.76 g; Węglowodany ogółem: 297.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.67 g; Sód: 1904.30 mg; Potas: 3596.42 mg; Wapń: 985.39 mg; Fosfor: 1520.46 mg; Błonnik pokarmowy: 23.39 g; suma cukrów prostych: 79.86 g; Woda: 1084.67 g; Popiół: 15.96 g;		
czwartek 2026-10-22	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Hummus 20g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Chleb razowy 30g , Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś z kurczaka pieczona 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Buraki gotowane, skropione olejem 60g , Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Budyń śmietankowy 250g (***MLEKO***),	Chleb razowy 50g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Sałata 10g , Szynka drobiowa gotowana 20g , Serek włoski 10g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1233.41 kcal; Energia: 5168.73 kJ; Białko ogółem: 51.92 g; białko zwierzęce: 37.51 g; białko roślinne: 12.91 g; Tłuszcz: 42.53 g; Węglowodany ogółem: 164.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.03 g; Sód: 971.77 mg; Potas: 1868.55 mg; Wapń: 610.91 mg; Fosfor: 736.61 mg; Błonnik pokarmowy: 6.97 g; suma cukrów prostych: 59.85 g; Woda: 769.02 g; Popiół: 8.56 g;		
czwartek 2026-10-22	**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***), Hummus 30g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś z kurczaka pieczona 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Buraki gotowane, skropione olejem 100g , Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Budyń śmietankowy 250g (***MLEKO***),	Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa gotowana 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Sałata 10g , Serek włoski 30g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1675.72 kcal; Energia: 7019.03 kJ; Białko ogółem: 74.41 g; białko zwierzęce: 50.89 g; białko roślinne: 21.28 g; Tłuszcz: 53.37 g; Węglowodany ogółem: 229.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.05 g; Sód: 1722.09 mg; Potas: 2501.59 mg; Wapń: 673.42 mg; Fosfor: 1003.64 mg; Błonnik pokarmowy: 9.71 g; suma cukrów prostych: 65.45 g; Woda: 930.33 g; Popiół: 12.13 g;		
czwartek 2026-10-22	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Hummus 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pierś z kurczaka pieczona 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Buraki gotowane, skropione olejem 120g , Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 230g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Budyń śmietankowy 250g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa gotowana 30g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Sałata 10g , Serek włoski 50g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2163.62 kcal; Energia: 9064.84 kJ; Białko ogółem: 94.30 g; białko zwierzęce: 61.39 g; białko roślinne: 29.17 g; Tłuszcz: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 307.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.49 g; Sód: 3274.48 mg; Potas: 3734.62 mg; Wapń: 837.21 mg; Fosfor: 1507.63 mg; Błonnik pokarmowy: 24.16 g; suma cukrów prostych: 73.92 g; Woda: 1162.53 g; Popiół: 19.56 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 2026-10-22	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek włoski 10g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Buraki gotowane, skropione olejem 60g , Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pierś z kurczaka gotowana 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** Budyń śmietankowy 250g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa gotowana 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Sałata 10g , Ser mozzarella 10g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1127.76 kcal; Energia: 4726.77 kJ; Białko ogółem: 52.33 g; białko zwierzęce: 41.91 g; białko roślinne: 10.42 g; Tłuszcz: 41.74 g; Węglowodany ogółem: 145.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.14 g; Sód: 1377.81 mg; Potas: 2111.38 mg; Wapń: 690.53 mg; Fosfor: 890.07 mg; Błonnik pokarmowy: 10.67 g; suma cukrów prostych: 61.45 g; Woda: 780.61 g; Popiół: 10.31 g;		
czwartek 2026-10-22	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek włoski 30g (***MLEKO***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Buraki gotowane, skropione olejem 100g , Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pierś z kurczaka gotowana 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** Budyń śmietankowy 250g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 90g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa gotowana 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Sałata 10g , Ser mozzarella 30g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1657.18 kcal; Energia: 6942.19 kJ; Białko ogółem: 81.23 g; białko zwierzęce: 60.97 g; białko roślinne: 20.25 g; Tłuszcz: 55.22 g; Węglowodany ogółem: 223.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.36 g; Sód: 2648.69 mg; Potas: 2929.23 mg; Wapń: 889.05 mg; Fosfor: 1348.12 mg; Błonnik pokarmowy: 16.85 g; suma cukrów prostych: 68.78 g; Woda: 978.47 g; Popiół: 16.23 g;		
czwartek 2026-10-22	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Buraki gotowane, skropione olejem 120g , Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 230g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pierś z kurczaka gotowana 90g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** Budyń śmietankowy 250g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa gotowana 30g , Pomidor 80g , Herbata z cytryną 200ml , Sałata 10g , Ser mozzarella 50g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2036.47 kcal; Energia: 8529.12 kJ; Białko ogółem: 98.63 g; białko zwierzęce: 73.45 g; białko roślinne: 25.17 g; Tłuszcz: 70.68 g; Węglowodany ogółem: 272.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.95 g; Sód: 3367.32 mg; Potas: 3852.16 mg; Wapń: 1066.97 mg; Fosfor: 1649.89 mg; Błonnik pokarmowy: 23.72 g; suma cukrów prostych: 73.11 g; Woda: 1183.25 g; Popiół: 20.82 g;		
piątek 2026-10-23	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200ml (***MLEKO***), Chleb razowy 30g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 10g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Kakao 200ml (***MLEKO***), Papryka 50g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk panierowany z pieca 50g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA***), Warzywa po grecku skropione olejem 60g (***SELER***), Ziemniaki gotowane 60g , Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Twarożek z rzodkiewką 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1016.62 kcal; Energia: 4057.88 kJ; Białko ogółem: 50.39 g; białko zwierzęce: 24.44 g; białko roślinne: 12.44 g; Tłuszcz: 39.10 g; Węglowodany ogółem: 125.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.40 g; Sód: 1632.15 mg; Potas: 2151.10 mg; Wapń: 588.72 mg; Fosfor: 760.09 mg; Błonnik pokarmowy: 16.29 g; suma cukrów prostych: 31.65 g; Woda: 720.83 g; Popiół: 9.76 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 2026-10-23	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Chleb razowy 80g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 30g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Kakao 200ml (***MLEKO***), Papryka 50g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (***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 100g (***SELER***), Ziemniaki gotowane 100g , Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek z rzodkiewką 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1541.20 kcal; Energia: 6090.54 kJ; Białko ogółem: 73.92 g; białko zwierzęce: 29.59 g; białko roślinne: 23.46 g; Tłuszcz: 50.96 g; Węglowodany ogółem: 212.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.44 g; Sód: 2368.60 mg; Potas: 2852.42 mg; Wapń: 721.85 mg; Fosfor: 1014.57 mg; Błonnik pokarmowy: 23.75 g; suma cukrów prostych: 38.62 g; Woda: 901.10 g; Popiół: 13.59 g;		
piątek 2026-10-23	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Szynka dębowa drobiowa 30g (***., SELER, GORCZYCA***), Kakao 200ml (***MLEKO***), Papryka 50g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (***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 120g (***SELER***), Ziemniaki gotowane 230g , Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***), Twarożek z rzodkiewką 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1842.66 kcal; Energia: 7352.39 kJ; Białko ogółem: 86.52 g; białko zwierzęce: 36.41 g; białko roślinne: 29.23 g; Tłuszcz: 64.95 g; Węglowodany ogółem: 255.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.62 g; Sód: 3551.12 mg; Potas: 3956.45 mg; Wapń: 772.71 mg; Fosfor: 1368.93 mg; Błonnik pokarmowy: 34.66 g; suma cukrów prostych: 40.56 g; Woda: 1076.09 g; Popiół: 19.04 g;		
piątek 2026-10-23	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy 10g (***MLEKO, LAKTOZA***), Kakao 200ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Pomidor 50g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany 50g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Warzywa po grecku skropione olejem 60g (***SELER***), Ziemniaki gotowane 60g , Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Pasta z jaj i twarogu z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 948.81 kcal; Energia: 3786.15 kJ; Białko ogółem: 50.12 g; białko zwierzęce: 26.77 g; białko roślinne: 10.39 g; Tłuszcz: 36.71 g; Węglowodany ogółem: 115.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.05 g; Sód: 1780.87 mg; Potas: 2188.17 mg; Wapń: 610.95 mg; Fosfor: 814.03 mg; Błonnik pokarmowy: 16.45 g; suma cukrów prostych: 32.21 g; Woda: 730.03 g; Popiół: 10.30 g;		
piątek 2026-10-23	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Kakao 200ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany 90g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Warzywa po grecku skropione olejem 100g (***SELER***), Ziemniaki gotowane 100g , Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta z jaj i twarogu z koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1430.52 kcal; Energia: 5650.68 kJ; Białko ogółem: 75.44 g; białko zwierzęce: 36.60 g; białko roślinne: 18.96 g; Tłuszcz: 48.49 g; Węglowodany ogółem: 191.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.76 g; Sód: 2787.45 mg; Potas: 2992.07 mg; Wapń: 792.47 mg; Fosfor: 1190.30 mg; Błonnik pokarmowy: 25.38 g; suma cukrów prostych: 40.09 g; Woda: 947.05 g; Popiół: 15.32 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 2026-10-23	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Kakao 200ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Szynka dębowa drobiowa 30g (***., SELER, GORCZYCA***),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany 90g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Warzywa po grecku skropione olejem 120g (***SELER***), Ziemniaki gotowane 230g , Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Pasta z jaj i twarogu z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1802.09 kcal; Energia: 7203.96 kJ; Białko ogółem: 91.23 g; białko zwierzęce: 46.76 g; białko roślinne: 24.59 g; Tłuszcz: 64.75 g; Węglowodany ogółem: 236.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.42 g; Sód: 3615.61 mg; Potas: 3891.77 mg; Wapń: 815.16 mg; Fosfor: 1454.68 mg; Błonnik pokarmowy: 30.45 g; suma cukrów prostych: 39.57 g; Woda: 1116.83 g; Popiół: 19.26 g;		
sobota 2026-10-24	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Pomidor 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Szynka drobiowa 20g , Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Gulasz drobiowy 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kasza pęczak 60g , Kompot owocowy 200ml , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** Jabłko 150g ,	Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 10g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1245.47 kcal; Energia: 5215.13 kJ; Białko ogółem: 50.00 g; białko zwierzęce: 33.13 g; białko roślinne: 15.77 g; Tłuszcz: 53.53 g; Węglowodany ogółem: 154.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.10 g; Sód: 806.73 mg; Potas: 2431.01 mg; Wapń: 523.99 mg; Fosfor: 781.78 mg; Błonnik pokarmowy: 15.35 g; suma cukrów prostych: 34.69 g; Woda: 904.73 g; Popiół: 9.37 g;		
sobota 2026-10-24	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Pomidor 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka drobiowa 20g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 250g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Gulasz drobiowy 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kasza pęczak 90g , Kompot owocowy 200ml , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** Jabłko 150g ,	Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1832.77 kcal; Energia: 7669.46 kJ; Białko ogółem: 71.44 g; białko zwierzęce: 40.44 g; białko roślinne: 27.70 g; Tłuszcz: 70.43 g; Węglowodany ogółem: 242.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.39 g; Sód: 913.17 mg; Potas: 2942.94 mg; Wapń: 560.11 mg; Fosfor: 957.08 mg; Błonnik pokarmowy: 18.92 g; suma cukrów prostych: 35.85 g; Woda: 1029.73 g; Popiół: 11.18 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 2026-10-24	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka drobiowa 30g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Gulasz drobiowy 150g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kasza pęczak 130g , Kompot owocowy 200ml , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Jabłko 150g ,	Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2334.61 kcal; Energia: 9767.49 kJ; Białko ogółem: 91.95 g; białko zwierzęce: 51.74 g; białko roślinne: 34.71 g; Tłuszcz: 94.78 g; Węglowodany ogółem: 295.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.97 g; Sód: 1095.39 mg; Potas: 3453.18 mg; Wapń: 590.32 mg; Fosfor: 1156.76 mg; Błonnik pokarmowy: 21.97 g; suma cukrów prostych: 36.82 g; Woda: 1144.28 g; Popiół: 13.16 g;		
sobota 2026-10-24	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 20g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Zupa koperkowa z ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Gulasz drobiowy 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kasza jęczmienna gotowana 60g (***GLUTEN***), Kompot owocowy 200ml , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** Jabłko 150g ,	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 200ml , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1249.74 kcal; Energia: 5234.48 kJ; Białko ogółem: 49.06 g; białko zwierzęce: 33.55 g; białko roślinne: 14.41 g; Tłuszcz: 53.78 g; Węglowodany ogółem: 160.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.11 g; Sód: 1083.87 mg; Potas: 2309.01 mg; Wapń: 552.71 mg; Fosfor: 861.70 mg; Błonnik pokarmowy: 18.86 g; suma cukrów prostych: 35.62 g; Woda: 831.27 g; Popiół: 9.58 g;		
sobota 2026-10-24	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka drobiowa 20g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Gulasz drobiowy 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kasza jęczmienna gotowana 90g (***GLUTEN***), Kompot owocowy 200ml , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** Jabłko 150g ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1815.39 kcal; Energia: 7600.70 kJ; Białko ogółem: 70.38 g; białko zwierzęce: 41.90 g; białko roślinne: 25.18 g; Tłuszcz: 71.26 g; Węglowodany ogółem: 250.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.72 g; Sód: 1679.69 mg; Potas: 3018.35 mg; Wapń: 648.41 mg; Fosfor: 1217.05 mg; Błonnik pokarmowy: 28.74 g; suma cukrów prostych: 39.24 g; Woda: 967.12 g; Popiół: 13.27 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 2026-10-24	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka drobiowa 30g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Gulasz drobiowy 150g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kasza jęczmienna gotowana 130g (***GLUTEN***), Kompot owocowy 200ml , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Jabłko 150g ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2342.26 kcal; Energia: 9804.38 kJ; Białko ogółem: 91.19 g; białko zwierzęce: 53.58 g; białko roślinne: 32.11 g; Tłuszcz: 96.06 g; Węglowodany ogółem: 311.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.43 g; Sód: 2055.02 mg; Potas: 3594.44 mg; Wapń: 703.13 mg; Fosfor: 1506.33 mg; Błonnik pokarmowy: 34.94 g; suma cukrów prostych: 41.16 g; Woda: 1073.50 g; Popiół: 15.91 g;		
niedziela 2026-10-25	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Chleb razowy 30g , Pomidor 50g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 20g , Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Kakao 200ml (***MLEKO***), Serek wiejski 10g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Rosół z makaronem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k pieczone 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 60g , Surówka z kapusty białej z marchewką, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta jajeczna 10g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka drobiowa gotowana 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 877.21 kcal; Energia: 3671.87 kJ; Białko ogółem: 40.81 g; białko zwierzęce: 29.19 g; białko roślinne: 11.62 g; Tłuszcz: 37.14 g; Węglowodany ogółem: 102.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.44 g; Sód: 660.96 mg; Potas: 1772.51 mg; Wapń: 459.20 mg; Fosfor: 550.24 mg; Błonnik pokarmowy: 8.98 g; suma cukrów prostych: 20.17 g; Woda: 700.52 g; Popiół: 6.76 g;		
niedziela 2026-10-25	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Chleb razowy 80g , Pomidor 50g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek wiejski 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Polędwica premium 20g , Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Kakao 200ml (***MLEKO***),	Rosół z makaronem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k pieczone 80g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki 100g , Surówka z kapusty białej z marchewką, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta jajeczna 30g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Szynka drobiowa gotowana 20g , Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1416.93 kcal; Energia: 5928.89 kJ; Białko ogółem: 62.56 g; białko zwierzęce: 40.09 g; białko roślinne: 22.48 g; Tłuszcz: 48.94 g; Węglowodany ogółem: 189.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.89 g; Sód: 932.95 mg; Potas: 2474.01 mg; Wapń: 527.67 mg; Fosfor: 771.31 mg; Błonnik pokarmowy: 12.05 g; suma cukrów prostych: 21.86 g; Woda: 895.44 g; Popiół: 9.19 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 2026-10-25	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Chleb razowy 50g , Pomidor 50g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Polędwica premium 30g , Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Kakao 200ml (***MLEKO***), Chleb razowy 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k pieczone 80g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki 230g , Surówka z kapusty białej z marchewką, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb razowy 50g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta jajeczna 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Szynka drobiowa gotowana 30g , Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml , Chleb razowy 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1884.59 kcal; Energia: 7885.54 kJ; Białko ogółem: 80.35 g; białko zwierzęce: 49.98 g; białko roślinne: 30.38 g; Tłuszcz: 63.99 g; Węglowodany ogółem: 257.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.90 g; Sód: 1354.34 mg; Potas: 3500.39 mg; Wapń: 588.27 mg; Fosfor: 986.83 mg; Błonnik pokarmowy: 16.19 g; suma cukrów prostych: 23.99 g; Woda: 1134.62 g; Popiół: 12.58 g;		
niedziela 2026-10-25	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Pomidor 50g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 30g , Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Kakao 200ml (***MLEKO***), Serek wiejski 10g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Rosół z makaronem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k pieczone 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 60g , Cukinia duszona, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa gotowana 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Pasta jajeczna 10g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 857.98 kcal; Energia: 3594.16 kJ; Białko ogółem: 42.49 g; białko zwierzęce: 31.73 g; białko roślinne: 10.76 g; Tłuszcz: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 96.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.68 g; Sód: 910.15 mg; Potas: 2007.77 mg; Wapń: 464.00 mg; Fosfor: 657.44 mg; Błonnik pokarmowy: 11.34 g; suma cukrów prostych: 21.68 g; Woda: 746.61 g; Popiół: 7.85 g;		
niedziela 2026-10-25	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Pomidor 50g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek wiejski 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Polędwica premium 20g , Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Kakao 200ml (***MLEKO***),	Rosół z makaronem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k pieczone 80g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki 100g , Cukinia duszona, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta jajeczna 30g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Szynka drobiowa gotowana 20g , Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1328.88 kcal; Energia: 5565.32 kJ; Białko ogółem: 61.76 g; białko zwierzęce: 41.85 g; białko roślinne: 19.92 g; Tłuszcz: 50.60 g; Węglowodany ogółem: 174.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.47 g; Sód: 1643.05 mg; Potas: 2879.24 mg; Wapń: 578.17 mg; Fosfor: 1042.20 mg; Błonnik pokarmowy: 19.66 g; suma cukrów prostych: 25.90 g; Woda: 954.69 g; Popiół: 12.13 g;		
niedziela 2026-10-25	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Pomidor 50g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Polędwica premium 30g , Sok pomidorowy 300ml (***GLUTEN***), Kakao 200ml (***MLEKO***),	Rosół z makaronem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k pieczone 80g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki 230g , Cukinia duszona, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta jajeczna 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Szynka drobiowa gotowana 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1778.50 kcal; Energia: 7448.22 kJ; Białko ogółem: 79.55 g; białko zwierzęce: 52.18 g; białko roślinne: 27.37 g; Tłuszcz: 66.06 g; Węglowodany ogółem: 240.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.63 g; Sód: 2246.95 mg; Potas: 4085.71 mg; Wapń: 649.77 mg; Fosfor: 1330.93 mg; Błonnik pokarmowy: 25.67 g; suma cukrów prostych: 29.06 g; Woda: 1230.78 g; Popiół: 16.36 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 2026-10-26	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy 10g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pieczeń rzymska drobiowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Ziemniaki gotowane 60g , Kompot owocowy 300ml , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica sopocka 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella light (kulka) 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1009.20 kcal; Energia: 4232.32 kJ; Białko ogółem: 43.75 g; białko zwierzęce: 28.06 g; białko roślinne: 12.19 g; Tłuszcz: 39.76 g; Węglowodany ogółem: 127.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.88 g; Sód: 958.12 mg; Potas: 1807.49 mg; Wapń: 486.40 mg; Fosfor: 668.55 mg; Błonnik pokarmowy: 11.37 g; suma cukrów prostych: 27.67 g; Woda: 652.36 g; Popiół: 7.34 g;		
poniedziałek 2026-10-26	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 250ml (***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 100g , Kompot owocowy 300ml , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica sopocka 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella light (kulka) 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1722.61 kcal; Energia: 7219.01 kJ; Białko ogółem: 72.25 g; białko zwierzęce: 38.82 g; białko roślinne: 26.13 g; Tłuszcz: 57.93 g; Węglowodany ogółem: 242.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.04 g; Sód: 1481.22 mg; Potas: 2564.17 mg; Wapń: 600.12 mg; Fosfor: 1013.66 mg; Błonnik pokarmowy: 18.46 g; suma cukrów prostych: 41.15 g; Woda: 824.80 g; Popiół: 11.73 g;		
poniedziałek 2026-10-26	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 30g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 300ml (***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 230g , Kompot owocowy 300ml , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Polędwica sopocka 30g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella light (kulka) 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2131.05 kcal; Energia: 8928.30 kJ; Białko ogółem: 88.75 g; białko zwierzęce: 45.46 g; białko roślinne: 32.19 g; Tłuszcz: 73.28 g; Węglowodany ogółem: 295.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.34 g; Sód: 2043.71 mg; Potas: 3343.31 mg; Wapń: 650.21 mg; Fosfor: 1188.71 mg; Błonnik pokarmowy: 22.25 g; suma cukrów prostych: 44.38 g; Woda: 977.55 g; Popiół: 14.70 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 2026-10-26	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy 10g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pieczeń rzymska drobiowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Ziemniaki gotowane 60g , Kompot owocowy 300ml , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica sopocka 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella light (kulka) 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 991.85 kcal; Energia: 4159.44 kJ; Białko ogółem: 43.63 g; białko zwierzęce: 28.39 g; białko roślinne: 11.74 g; Tłuszcz: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 125.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.98 g; Sód: 1102.59 mg; Potas: 1939.88 mg; Wapń: 498.29 mg; Fosfor: 713.72 mg; Błonnik pokarmowy: 13.39 g; suma cukrów prostych: 28.43 g; Woda: 643.14 g; Popiół: 7.87 g;		
poniedziałek 2026-10-26	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 250ml (***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 100g , Kompot owocowy 300ml , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica sopocka 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella light (kulka) 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1705.25 kcal; Energia: 7146.13 kJ; Białko ogółem: 72.13 g; białko zwierzęce: 39.15 g; białko roślinne: 25.68 g; Tłuszcz: 58.09 g; Węglowodany ogółem: 239.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.14 g; Sód: 1625.69 mg; Potas: 2696.56 mg; Wapń: 612.01 mg; Fosfor: 1058.83 mg; Błonnik pokarmowy: 20.47 g; suma cukrów prostych: 41.91 g; Woda: 815.58 g; Popiół: 12.27 g;		
poniedziałek 2026-10-26	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 30g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 300ml (***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 230g , Kompot owocowy 300ml , Sałatka z tartych gotowanych buraków, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Polędwica sopocka 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella light (kulka) 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2103.09 kcal; Energia: 8811.58 kJ; Białko ogółem: 88.57 g; białko zwierzęce: 46.01 g; białko roślinne: 31.46 g; Tłuszcz: 73.52 g; Węglowodany ogółem: 292.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.51 g; Sód: 2286.98 mg; Potas: 3524.30 mg; Wapń: 674.10 mg; Fosfor: 1267.68 mg; Błonnik pokarmowy: 25.43 g; suma cukrów prostych: 45.66 g; Woda: 974.94 g; Popiół: 15.65 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 2026-10-27	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (***MLEKO, GLUTEN***), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Papryka 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 10g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron razowy z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 150g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 75g (***MLEKO***),	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: 1119.47 kcal; Energia: 4608.31 kJ; Białko ogółem: 55.70 g; białko zwierzęce: 38.27 g; białko roślinne: 11.00 g; Tłuszcz: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 121.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.12 g; Sód: 968.68 mg; Potas: 1950.59 mg; Wapń: 760.79 mg; Fosfor: 877.20 mg; Błonnik pokarmowy: 11.63 g; suma cukrów prostych: 36.23 g; Woda: 867.73 g; Popiół: 9.31 g;		
wtorek 2026-10-27	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (***MLEKO, GLUTEN***), Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Papryka 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 30g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron razowy z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	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: 1667.31 kcal; Energia: 6666.90 kJ; Białko ogółem: 76.79 g; białko zwierzęce: 47.03 g; białko roślinne: 20.44 g; Tłuszcz: 71.33 g; Węglowodany ogółem: 195.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.51 g; Sód: 1322.75 mg; Potas: 2406.19 mg; Wapń: 873.48 mg; Fosfor: 1105.20 mg; Błonnik pokarmowy: 18.24 g; suma cukrów prostych: 39.65 g; Woda: 1013.80 g; Popiół: 11.88 g;		
wtorek 2026-10-27	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (***MLEKO, GLUTEN***), Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 30g , Papryka 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron razowy z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 300g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	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: 2103.25 kcal; Energia: 8402.38 kJ; Białko ogółem: 97.26 g; białko zwierzęce: 58.32 g; białko roślinne: 25.58 g; Tłuszcz: 94.87 g; Węglowodany ogółem: 234.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.45 g; Sód: 1643.27 mg; Potas: 2840.62 mg; Wapń: 931.56 mg; Fosfor: 1338.18 mg; Błonnik pokarmowy: 21.91 g; suma cukrów prostych: 41.17 g; Woda: 1151.43 g; Popiół: 14.10 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 2026-10-27	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (***MLEKO, GLUTEN***), Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Serek włoski 10g (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 150g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Cukinia duszona, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 75g (***MLEKO***),	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: 1214.91 kcal; Energia: 5005.60 kJ; Białko ogółem: 62.15 g; białko zwierzęce: 44.59 g; białko roślinne: 13.56 g; Tłuszcz: 52.76 g; Węglowodany ogółem: 135.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.19 g; Sód: 1087.17 mg; Potas: 2270.58 mg; Wapń: 769.58 mg; Fosfor: 1019.29 mg; Błonnik pokarmowy: 12.67 g; suma cukrów prostych: 37.40 g; Woda: 914.05 g; Popiół: 9.92 g;		
wtorek 2026-10-27	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (***MLEKO, GLUTEN***), Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Serek włoski 30g (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 200g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Cukinia duszona, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	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: 1695.56 kcal; Energia: 7017.89 kJ; Białko ogółem: 85.26 g; białko zwierzęce: 59.00 g; białko roślinne: 22.25 g; Tłuszcz: 66.68 g; Węglowodany ogółem: 207.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.57 g; Sód: 1642.44 mg; Potas: 2883.91 mg; Wapń: 916.39 mg; Fosfor: 1381.44 mg; Błonnik pokarmowy: 20.02 g; suma cukrów prostych: 42.37 g; Woda: 1079.53 g; Popiół: 13.33 g;		
wtorek 2026-10-27	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (***MLEKO, GLUTEN***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 30g , Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Makaron pszenny gotowany z sosem bolońskim z mięsem mielonym drobiowym 300g (***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:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	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: 2221.79 kcal; Energia: 9176.16 kJ; Białko ogółem: 112.43 g; białko zwierzęce: 77.00 g; białko roślinne: 29.43 g; Tłuszcz: 93.01 g; Węglowodany ogółem: 258.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.37 g; Sód: 2043.08 mg; Potas: 3664.90 mg; Wapń: 1015.70 mg; Fosfor: 1757.21 mg; Błonnik pokarmowy: 25.17 g; suma cukrów prostych: 45.39 g; Woda: 1321.26 g; Popiół: 16.48 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 2026-10-28	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Masło orzechowe 15g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Banan 150g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 400ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Jajka w sosie koperkowym 1 szt./50 ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Fasolka szparagowa parowana 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 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 tuńczyka 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1424.47 kcal; Energia: 5574.93 kJ; Białko ogółem: 59.47 g; białko zwierzęce: 32.80 g; białko roślinne: 19.85 g; Tłuszcz: 51.97 g; Węglowodany ogółem: 196.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.82 g; Sód: 1102.37 mg; Potas: 3040.61 mg; Wapń: 647.42 mg; Fosfor: 958.72 mg; Błonnik pokarmowy: 22.29 g; suma cukrów prostych: 55.41 g; Woda: 924.96 g; Popiół: 11.99 g;		
środa 2026-10-28	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Masło orzechowe 20g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Banan 150g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Fasolka szparagowa parowana 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 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 tuńczyka 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1962.09 kcal; Energia: 7693.00 kJ; Białko ogółem: 80.23 g; białko zwierzęce: 48.02 g; białko roślinne: 24.58 g; Tłuszcz: 72.24 g; Węglowodany ogółem: 263.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.43 g; Sód: 1562.04 mg; Potas: 2983.99 mg; Wapń: 740.97 mg; Fosfor: 1203.89 mg; Błonnik pokarmowy: 22.92 g; suma cukrów prostych: 63.69 g; Woda: 1050.48 g; Popiół: 14.11 g;		
środa 2026-10-28	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Masło orzechowe 20g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Banan 150g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 300ml (***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***), Fasolka szparagowa parowana 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 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 tuńczyka 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 2290.46 kcal; Energia: 9065.63 kJ; Białko ogółem: 98.43 g; białko zwierzęce: 57.51 g; białko roślinne: 33.14 g; Tłuszcz: 83.45 g; Węglowodany ogółem: 307.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.97 g; Sód: 1898.02 mg; Potas: 3518.94 mg; Wapń: 835.43 mg; Fosfor: 1451.96 mg; Błonnik pokarmowy: 28.77 g; suma cukrów prostych: 66.43 g; Woda: 1138.58 g; Popiół: 16.72 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 2026-10-28	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Masło orzechowe 15g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Banan 150g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Jajka w sosie koperkowym 1 szt./50 ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Fasolka szparagowa parowana 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 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 tuńczyka 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1374.27 kcal; Energia: 5367.17 kJ; Białko ogółem: 54.44 g; białko zwierzęce: 33.35 g; białko roślinne: 14.27 g; Tłuszcz: 52.00 g; Węglowodany ogółem: 188.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.94 g; Sód: 997.03 mg; Potas: 2906.61 mg; Wapń: 624.32 mg; Fosfor: 909.82 mg; Błonnik pokarmowy: 20.87 g; suma cukrów prostych: 55.95 g; Woda: 941.07 g; Popiół: 11.13 g;		
środa 2026-10-28	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Masło orzechowe 20g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Banan 150g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Fasolka szparagowa parowana 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 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 tuńczyka 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1998.29 kcal; Energia: 7846.15 kJ; Białko ogółem: 81.62 g; białko zwierzęce: 48.57 g; białko roślinne: 25.42 g; Tłuszcz: 72.76 g; Węglowodany ogółem: 273.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.61 g; Sód: 1462.41 mg; Potas: 3206.39 mg; Wapń: 766.77 mg; Fosfor: 1286.09 mg; Błonnik pokarmowy: 26.21 g; suma cukrów prostych: 65.04 g; Woda: 1070.04 g; Popiół: 14.42 g;		
środa 2026-10-28	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Masło orzechowe 20g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Banan 150g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Fasolka szparagowa parowana 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 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 tuńczyka 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 2201.66 kcal; Energia: 8696.47 kJ; Białko ogółem: 93.45 g; białko zwierzęce: 58.06 g; białko roślinne: 27.60 g; Tłuszcz: 83.35 g; Węglowodany ogółem: 291.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.11 g; Sód: 1793.51 mg; Potas: 3474.04 mg; Wapń: 824.56 mg; Fosfor: 1435.83 mg; Błonnik pokarmowy: 28.52 g; suma cukrów prostych: 67.18 g; Woda: 1155.55 g; Popiół: 16.16 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 2026-10-29	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Schab ze spiżarni 20g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 10g , Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa ogórkowa 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***), Surówka z marchewki i słonecznika, skropiona olejem 60g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1189.64 kcal; Energia: 4877.16 kJ; Białko ogółem: 59.77 g; białko zwierzęce: 42.31 g; białko roślinne: 11.01 g; Tłuszcz: 57.70 g; Węglowodany ogółem: 117.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.51 g; Sód: 1234.12 mg; Potas: 2095.20 mg; Wapń: 586.63 mg; Fosfor: 808.23 mg; Błonnik pokarmowy: 14.66 g; suma cukrów prostych: 26.78 g; Woda: 763.62 g; Popiół: 8.69 g;		
czwartek 2026-10-29	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Schab ze spiżarni 20g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g , Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa ogórkowa 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***), Surówka z marchewki i słonecznika, skropiona olejem 100g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1737.06 kcal; Energia: 7093.54 kJ; Białko ogółem: 83.58 g; białko zwierzęce: 53.59 g; białko roślinne: 20.49 g; Tłuszcz: 73.55 g; Węglowodany ogółem: 198.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.46 g; Sód: 1852.25 mg; Potas: 2765.66 mg; Wapń: 669.31 mg; Fosfor: 1056.35 mg; Błonnik pokarmowy: 20.75 g; suma cukrów prostych: 30.02 g; Woda: 920.17 g; Popiół: 11.85 g;		
czwartek 2026-10-29	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Schab ze spiżarni 30g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa ogórkowa 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***), Surówka z marchewki i słonecznika, skropiona olejem 120g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 30g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2151.26 kcal; Energia: 8788.00 kJ; Białko ogółem: 98.66 g; białko zwierzęce: 59.70 g; białko roślinne: 26.71 g; Tłuszcz: 88.66 g; Węglowodany ogółem: 256.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.38 g; Sód: 2531.18 mg; Potas: 3682.69 mg; Wapń: 723.63 mg; Fosfor: 1248.70 mg; Błonnik pokarmowy: 25.51 g; suma cukrów prostych: 32.51 g; Woda: 1101.99 g; Popiół: 15.27 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 2026-10-29	**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 śmietankowy w plastarch naturalny 10g , Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa koperkowa 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***), Szpinak gotowany, skropiony olejem 60g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1146.24 kcal; Energia: 4801.45 kJ; Białko ogółem: 59.51 g; białko zwierzęce: 42.65 g; białko roślinne: 11.35 g; Tłuszcz: 55.78 g; Węglowodany ogółem: 111.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.89 g; Sód: 1192.74 mg; Potas: 2184.98 mg; Wapń: 616.39 mg; Fosfor: 847.93 mg; Błonnik pokarmowy: 15.24 g; suma cukrów prostych: 26.29 g; Woda: 742.77 g; Popiół: 9.52 g;		
czwartek 2026-10-29	**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 śmietankowy w plastarch naturalny 30g , Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa koperkowa 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***), Szpinak gotowany, skropiony olejem 100g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1646.31 kcal; Energia: 6891.71 kJ; Białko ogółem: 83.03 g; białko zwierzęce: 54.48 g; białko roślinne: 20.60 g; Tłuszcz: 70.45 g; Węglowodany ogółem: 186.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.18 g; Sód: 1977.51 mg; Potas: 2929.17 mg; Wapń: 741.50 mg; Fosfor: 1175.35 mg; Błonnik pokarmowy: 23.20 g; suma cukrów prostych: 29.97 g; Woda: 909.34 g; Popiół: 14.00 g;		
czwartek 2026-10-29	**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 śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa koperkowa 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***), Szpinak gotowany, skropiony olejem 120g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 30g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2040.53 kcal; Energia: 8538.46 kJ; Białko ogółem: 97.98 g; białko zwierzęce: 60.81 g; białko roślinne: 26.79 g; Tłuszcz: 84.94 g; Węglowodany ogółem: 242.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.27 g; Sód: 2702.00 mg; Potas: 3876.72 mg; Wapń: 813.88 mg; Fosfor: 1399.36 mg; Błonnik pokarmowy: 28.63 g; suma cukrów prostych: 32.56 g; Woda: 1094.14 g; Popiół: 17.95 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 2026-10-30	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Serek wiejski 10g (***MLEKO, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk panierowany z pieca 50g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA***), Kompot owocowy 300ml , Mizeria z jogurtem naturalnym 60g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Hummus 10g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1047.91 kcal; Energia: 3306.10 kJ; Białko ogółem: 45.58 g; białko zwierzęce: 22.03 g; białko roślinne: 10.19 g; Tłuszcz: 35.38 g; Węglowodany ogółem: 104.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.83 g; Sód: 867.34 mg; Potas: 1645.89 mg; Wapń: 503.68 mg; Fosfor: 625.56 mg; Błonnik pokarmowy: 9.33 g; suma cukrów prostych: 24.84 g; Woda: 649.49 g; Popiół: 7.34 g;		
piątek 2026-10-30	**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***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Serek wiejski 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (***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 100g , Mizeria z jogurtem naturalnym 100g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Hummus 30g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1582.26 kcal; Energia: 5381.90 kJ; Białko ogółem: 69.39 g; białko zwierzęce: 26.34 g; białko roślinne: 20.82 g; Tłuszcz: 45.89 g; Węglowodany ogółem: 195.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.67 g; Sód: 2029.44 mg; Potas: 2529.42 mg; Wapń: 617.09 mg; Fosfor: 934.11 mg; Błonnik pokarmowy: 15.84 g; suma cukrów prostych: 29.95 g; Woda: 877.71 g; Popiół: 12.56 g;		
piątek 2026-10-30	**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***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (***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 230g , Mizeria z jogurtem naturalnym 120g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Hummus 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1981.47 kcal; Energia: 7051.72 kJ; Białko ogółem: 84.74 g; białko zwierzęce: 34.03 g; białko roślinne: 26.99 g; Tłuszcz: 58.95 g; Węglowodany ogółem: 253.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.22 g; Sód: 2721.21 mg; Potas: 3383.70 mg; Wapń: 679.08 mg; Fosfor: 1157.10 mg; Błonnik pokarmowy: 19.72 g; suma cukrów prostych: 32.72 g; Woda: 1076.22 g; Popiół: 16.28 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 2026-10-30	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Serek wiejski 10g (***MLEKO, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany 50g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 60g , Marchewka z groszkiem, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z ziołami 10g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1127.88 kcal; Energia: 3652.34 kJ; Białko ogółem: 48.99 g; białko zwierzęce: 22.67 g; białko roślinne: 14.27 g; Tłuszcz: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 127.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.79 g; Sód: 1105.98 mg; Potas: 2064.17 mg; Wapń: 504.58 mg; Fosfor: 750.26 mg; Błonnik pokarmowy: 15.59 g; suma cukrów prostych: 26.44 g; Woda: 672.80 g; Popiół: 8.81 g;		
piątek 2026-10-30	**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***), Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Serek wiejski 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany 90g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 100g , Marchewka z groszkiem, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane 230g , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z ziołami 30g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1711.53 kcal; Energia: 5942.36 kJ; Białko ogółem: 75.12 g; białko zwierzęce: 28.40 g; białko roślinne: 27.74 g; Tłuszcz: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 234.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.47 g; Sód: 2427.54 mg; Potas: 3669.19 mg; Wapń: 599.68 mg; Fosfor: 1135.33 mg; Błonnik pokarmowy: 24.89 g; suma cukrów prostych: 31.90 g; Woda: 1004.84 g; Popiół: 15.76 g;		
piątek 2026-10-30	**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***), Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Serek wiejski 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Morszczuk parowany 90g (***GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 230g , Marchewka z groszkiem, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z ziołami 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1940.62 kcal; Energia: 6900.47 kJ; Białko ogółem: 87.76 g; białko zwierzęce: 38.52 g; białko roślinne: 30.25 g; Tłuszcz: 58.91 g; Węglowodany ogółem: 249.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.54 g; Sód: 2684.29 mg; Potas: 3588.21 mg; Wapń: 671.75 mg; Fosfor: 1293.45 mg; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; suma cukrów prostych: 34.43 g; Woda: 1027.50 g; Popiół: 16.57 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 2026-10-31	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (***MLEKO***), Chleb razowy 30g , Polędwica premium 20g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pomidor 50g , Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (***MLEKO***), Ser mozzarella light (kulka) 10g ,	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Kasza gryczana gotowana 60g , Surówka colesław, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta twarogowa z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1376.69 kcal; Energia: 5773.51 kJ; Białko ogółem: 63.14 g; białko zwierzęce: 40.83 g; białko roślinne: 20.41 g; Tłuszcz: 51.91 g; Węglowodany ogółem: 178.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.29 g; Sód: 1040.77 mg; Potas: 2524.53 mg; Wapń: 942.75 mg; Fosfor: 1289.83 mg; Błonnik pokarmowy: 15.79 g; suma cukrów prostych: 50.22 g; Woda: 991.27 g; Popiół: 11.25 g;		
sobota 2026-10-31	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Chleb razowy 80g , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 20g , Ser mozzarella light (kulka) 30g , Sok NFC 200ml 1szt , Sałata 10g , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***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 90g , Surówka colesław, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2055.70 kcal; Energia: 8615.48 kJ; Białko ogółem: 93.81 g; białko zwierzęce: 53.72 g; białko roślinne: 34.39 g; Tłuszcz: 70.02 g; Węglowodany ogółem: 282.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.18 g; Sód: 1535.98 mg; Potas: 3264.06 mg; Wapń: 1112.08 mg; Fosfor: 1753.76 mg; Błonnik pokarmowy: 23.47 g; suma cukrów prostych: 56.34 g; Woda: 1199.38 g; Popiół: 15.27 g;		
sobota 2026-10-31	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (***MLEKO***), Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 30g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor 50g , Sok NFC 200ml 1szt , Sałata 10g , Kakao 300ml (***MLEKO***),	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Kasza gryczana gotowana 130g , Surówka colesław, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 2518.82 kcal; Energia: 10554.49 kJ; Białko ogółem: 114.07 g; białko zwierzęce: 61.65 g; białko roślinne: 42.92 g; Tłuszcz: 87.75 g; Węglowodany ogółem: 341.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.43 g; Sód: 1853.77 mg; Potas: 3685.08 mg; Wapń: 1234.25 mg; Fosfor: 2086.37 mg; Błonnik pokarmowy: 27.65 g; suma cukrów prostych: 61.08 g; Woda: 1292.63 g; Popiół: 17.65 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 2026-10-31	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 20g , Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Ser mozzarella light (kulka) 10g , Sałata 10g ,	Zupa grysikowa z zieleniną 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Kasza jęczmienna gotowana 60g (***GLUTEN***), Cukinia duszona, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta twarogowa z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1301.58 kcal; Energia: 5459.53 kJ; Białko ogółem: 58.62 g; białko zwierzęce: 41.12 g; białko roślinne: 15.61 g; Tłuszcz: 48.63 g; Węglowodany ogółem: 172.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.05 g; Sód: 1115.21 mg; Potas: 2459.20 mg; Wapń: 926.19 mg; Fosfor: 1178.32 mg; Błonnik pokarmowy: 16.12 g; suma cukrów prostych: 50.59 g; Woda: 990.24 g; Popiół: 10.80 g;		
sobota 2026-10-31	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 20g , Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Ser mozzarella light (kulka) 30g , Sałata 10g ,	Zupa grysikowa z zieleniną 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Kasza jęczmienna gotowana 90g (***GLUTEN***), Cukinia duszona, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta twarogowa z koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1889.76 kcal; Energia: 7922.67 kJ; Białko ogółem: 85.88 g; białko zwierzęce: 54.41 g; białko roślinne: 25.76 g; Tłuszcz: 64.41 g; Węglowodany ogółem: 264.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.75 g; Sód: 1799.16 mg; Potas: 3195.56 mg; Wapń: 1094.86 mg; Fosfor: 1630.75 mg; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; suma cukrów prostych: 57.46 g; Woda: 1180.09 g; Popiół: 14.88 g;		
sobota 2026-10-31	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 30g , Sok NFC 200ml 1szt , Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Sałata 10g ,	Zupa grysikowa z zieleniną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowy 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), Kasza jęczmienna gotowana 130g (***GLUTEN***), Cukinia duszona, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 2355.21 kcal; Energia: 9871.64 kJ; Białko ogółem: 104.59 g; białko zwierzęce: 62.67 g; białko roślinne: 32.42 g; Tłuszcz: 81.28 g; Węglowodany ogółem: 328.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.06 g; Sód: 2201.33 mg; Potas: 3634.82 mg; Wapń: 1223.15 mg; Fosfor: 1907.44 mg; Błonnik pokarmowy: 30.73 g; suma cukrów prostych: 62.85 g; Woda: 1301.55 g; Popiół: 17.45 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

Dietetyk

.....

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