Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-21	**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***), Twaróg krajanka plaster 10g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 200g (***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 pomidorowy 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 , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1464.38 kcal; Energia: 6137.55 kJ; Białko ogółem: 66.59 g; białko zwierzęce: 41.89 g; białko roślinne: 22.50 g; Tłuszcz: 56.06 g; Węglowodany ogółem: 190.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.70 g; Sód: 1050.77 mg; Potas: 3211.22 mg; Wapń: 960.32 mg; Fosfor: 1407.41 mg; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; suma cukrów prostych: 51.28 g; Woda: 1122.97 g; Popiół: 13.15 g;		
sobota 2026-11-21	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Chleb razowy 80g , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (***MLEKO***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 20g , Twaróg krajanka plaster 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Sok NFC 200ml 1szt , Sałata 10g , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350g (***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 pomidorowy 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***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2136.89 kcal; Energia: 8951.61 kJ; Białko ogółem: 96.26 g; białko zwierzęce: 56.59 g; białko roślinne: 37.47 g; Tłuszcz: 71.81 g; Węglowodany ogółem: 300.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.99 g; Sód: 1534.35 mg; Potas: 4350.81 mg; Wapń: 1135.87 mg; Fosfor: 1965.01 mg; Błonnik pokarmowy: 27.37 g; suma cukrów prostych: 58.28 g; Woda: 1423.13 g; Popiół: 18.28 g;		
sobota 2026-11-21	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (***MLEKO***), Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 30g , Twaróg krajanka plaster 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Sok NFC 200ml 1szt , Sałata 10g , Kakao 300ml (***MLEKO***),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (***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 pomidorowy 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 , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2591.78 kcal; Energia: 10854.89 kJ; Białko ogółem: 115.53 g; białko zwierzęce: 66.09 g; białko roślinne: 46.14 g; Tłuszcz: 89.23 g; Węglowodany ogółem: 358.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.38 g; Sód: 1822.40 mg; Potas: 4725.05 mg; Wapń: 1256.93 mg; Fosfor: 2298.28 mg; Błonnik pokarmowy: 31.20 g; suma cukrów prostych: 62.92 g; Woda: 1490.94 g; Popiół: 20.46 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-21	**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 , Twaróg krajanka plaster 10g (***MLEKO, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 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 pomidorowy 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 , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1356.25 kcal; Energia: 5685.74 kJ; Białko ogółem: 60.62 g; białko zwierzęce: 41.93 g; białko roślinne: 16.48 g; Tłuszcz: 52.20 g; Węglowodany ogółem: 177.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.17 g; Sód: 1108.33 mg; Potas: 2821.67 mg; Wapń: 932.73 mg; Fosfor: 1216.51 mg; Błonnik pokarmowy: 16.94 g; suma cukrów prostych: 50.90 g; Woda: 1038.09 g; Popiół: 11.59 g;		
sobota 2026-11-21	**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 , Twaróg krajanka plaster 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 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 pomidorowy 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 , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1911.20 kcal; Energia: 8009.47 kJ; Białko ogółem: 85.72 g; białko zwierzęce: 56.86 g; białko roślinne: 26.67 g; Tłuszcz: 65.24 g; Węglowodany ogółem: 269.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.06 g; Sód: 1766.40 mg; Potas: 3608.37 mg; Wapń: 1099.05 mg; Fosfor: 1693.50 mg; Błonnik pokarmowy: 26.00 g; suma cukrów prostych: 57.98 g; Woda: 1237.62 g; Popiół: 15.73 g;		
sobota 2026-11-21	**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 , Twaróg krajanka plaster 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 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 pomidorowy 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 , Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2378.64 kcal; Energia: 9965.28 kJ; Białko ogółem: 103.85 g; białko zwierzęce: 66.74 g; białko roślinne: 33.81 g; Tłuszcz: 81.90 g; Węglowodany ogółem: 336.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.58 g; Sód: 2144.64 mg; Potas: 4188.47 mg; Wapń: 1229.30 mg; Fosfor: 2000.25 mg; Błonnik pokarmowy: 31.99 g; suma cukrów prostych: 63.57 g; Woda: 1374.10 g; Popiół: 18.58 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-22	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 20g , Ser mozzarella mini light 10g , Pomarańcza 150g , Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos koperkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 60g , Kapusta biała gotowana, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z koperkiem 10g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1108.56 kcal; Energia: 4642.36 kJ; Białko ogółem: 51.25 g; białko zwierzęce: 37.19 g; białko roślinne: 14.06 g; Tłuszcz: 41.53 g; Węglowodany ogółem: 145.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.60 g; Sód: 621.38 mg; Potas: 2406.51 mg; Wapń: 740.08 mg; Fosfor: 813.22 mg; Błonnik pokarmowy: 15.04 g; suma cukrów prostych: 43.87 g; Woda: 937.33 g; Popiół: 9.01 g;		
niedziela 2026-11-22	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 20g , Ser mozzarella mini light 30g , Pomarańcza 150g , Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos koperkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 100g , Kapusta biała gotowana, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy z koperkiem 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1621.48 kcal; Energia: 6790.95 kJ; Białko ogółem: 76.97 g; białko zwierzęce: 53.30 g; białko roślinne: 23.45 g; Tłuszcz: 54.70 g; Węglowodany ogółem: 222.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.97 g; Sód: 1017.33 mg; Potas: 3049.16 mg; Wapń: 846.75 mg; Fosfor: 1121.64 mg; Błonnik pokarmowy: 20.21 g; suma cukrów prostych: 46.76 g; Woda: 1104.61 g; Popiół: 11.96 g;		
niedziela 2026-11-22	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Kakao 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 30g , Ser mozzarella mini light 50g , Pomarańcza 150g , Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 230g , Kapusta biała gotowana, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z koperkiem 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2002.76 kcal; Energia: 8383.60 kJ; Białko ogółem: 92.92 g; białko zwierzęce: 62.80 g; białko roślinne: 30.12 g; Tłuszcz: 65.81 g; Węglowodany ogółem: 279.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.40 g; Sód: 1458.80 mg; Potas: 3806.18 mg; Wapń: 920.21 mg; Fosfor: 1314.76 mg; Błonnik pokarmowy: 24.46 g; suma cukrów prostych: 49.30 g; Woda: 1279.63 g; Popiół: 15.05 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-22	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 20g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Ser mozzarella mini light 10g , Pomarańcza 150g , Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos koperkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 60g , Brokuły parowane, skropione olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z koperkiem 10g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1065.85 kcal; Energia: 4466.20 kJ; Białko ogółem: 51.31 g; białko zwierzęce: 37.49 g; białko roślinne: 13.82 g; Tłuszcz: 40.24 g; Węglowodany ogółem: 139.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.69 g; Sód: 759.80 mg; Potas: 2500.80 mg; Wapń: 733.88 mg; Fosfor: 870.57 mg; Błonnik pokarmowy: 16.32 g; suma cukrów prostych: 44.50 g; Woda: 935.61 g; Popiół: 9.47 g;		
niedziela 2026-11-22	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 20g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Ser mozzarella mini light 30g , Pomarańcza 150g , Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos koperkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 100g , Brokuły parowane, skropione olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z koperkiem 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1526.89 kcal; Energia: 6397.20 kJ; Białko ogółem: 76.83 g; białko zwierzęce: 54.21 g; białko roślinne: 22.62 g; Tłuszcz: 51.92 g; Węglowodany ogółem: 210.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.03 g; Sód: 1397.12 mg; Potas: 3281.72 mg; Wapń: 856.02 mg; Fosfor: 1269.12 mg; Błonnik pokarmowy: 24.08 g; suma cukrów prostych: 48.66 g; Woda: 1113.23 g; Popiół: 13.37 g;		
niedziela 2026-11-22	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka drobiowa 30g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Ser mozzarella mini light 50g , Pomarańcza 150g , Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Filet z kurczaka pieczony 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos koperkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 230g , Brokuły parowane, skropione olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z koperkiem 40g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1896.13 kcal; Energia: 7943.62 kJ; Białko ogółem: 92.93 g; białko zwierzęce: 63.85 g; białko roślinne: 29.08 g; Tłuszcz: 63.39 g; Węglowodany ogółem: 265.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.71 g; Sód: 1933.22 mg; Potas: 4091.96 mg; Wapń: 931.82 mg; Fosfor: 1497.05 mg; Błonnik pokarmowy: 29.35 g; suma cukrów prostych: 51.60 g; Woda: 1289.38 g; Popiół: 16.81 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-23	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Pomidor 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Mandarynka 50g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Pasta z czerwonej fasoli 10g (***GLUTEN, ORZECHY, S02, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g ,	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Ziemniaki 60g , Surówka z ogórka kiszonego i marchewki, skropiona olejem 100g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pomidorowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z rzodkiewką 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Papryka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1018.35 kcal; Energia: 4265.08 kJ; Białko ogółem: 45.68 g; białko zwierzęce: 31.35 g; białko roślinne: 14.33 g; Tłuszcz: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 131.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.32 g; Sód: 1561.26 mg; Potas: 2501.68 mg; Wapń: 632.98 mg; Fosfor: 822.33 mg; Błonnik pokarmowy: 14.03 g; suma cukrów prostych: 33.92 g; Woda: 933.05 g; Popiół: 11.02 g;		
poniedziałek 2026-11-23	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Pomidor 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Mandarynka 50g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Pasta z czerwonej fasoli 30g (***GLUTEN, ORZECHY, S02, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g ,	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 400ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Ziemniaki 100g , Surówka z ogórka kiszonego i marchewki, skropiona olejem 120g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pomidorowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z rzodkiewką 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Papryka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1541.30 kcal; Energia: 6453.71 kJ; Białko ogółem: 65.71 g; białko zwierzęce: 39.93 g; białko roślinne: 25.78 g; Tłuszcz: 51.12 g; Węglowodany ogółem: 222.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.64 g; Sód: 2210.51 mg; Potas: 3242.82 mg; Wapń: 722.81 mg; Fosfor: 1095.95 mg; Błonnik pokarmowy: 20.82 g; suma cukrów prostych: 36.90 g; Woda: 1144.31 g; Popiół: 14.90 g;		
poniedziałek 2026-11-23	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Mandarynka 50g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Pasta z czerwonej fasoli 50g (***GLUTEN, ORZECHY, S02, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***), Sałata 10g ,	Zupa kalafiorowa z kaszą manną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Ziemniaki 230g , Surówka z ogórka kiszonego i marchewki, skropiona olejem 200g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pomidorowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z rzodkiewką 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Papryka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1958.81 kcal; Energia: 8198.26 kJ; Białko ogółem: 79.84 g; białko zwierzęce: 46.09 g; białko roślinne: 33.75 g; Tłuszcz: 65.80 g; Węglowodany ogółem: 284.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.62 g; Sód: 3300.91 mg; Potas: 4526.18 mg; Wapń: 800.35 mg; Fosfor: 1340.16 mg; Błonnik pokarmowy: 26.77 g; suma cukrów prostych: 39.48 g; Woda: 1433.77 g; Popiół: 20.22 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-23	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Banan 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jajko gotowane 0.5szt (***JAJA***), Sałata 10g ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Ziemniaki 60g , Dynia duszona, skropiona olejem 60g , Sos pomidorowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1252.94 kcal; Energia: 5250.53 kJ; Białko ogółem: 52.45 g; białko zwierzęce: 37.11 g; białko roślinne: 15.35 g; Tłuszcz: 44.25 g; Węglowodany ogółem: 178.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.15 g; Sód: 1190.42 mg; Potas: 3420.58 mg; Wapń: 681.73 mg; Fosfor: 989.99 mg; Błonnik pokarmowy: 18.05 g; suma cukrów prostych: 56.69 g; Woda: 1052.61 g; Popiół: 12.63 g;		
poniedziałek 2026-11-23	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Banan 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Sałata 10g ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Ziemniaki 100g , Dynia duszona, skropiona olejem 100g , Sos pomidorowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1758.39 kcal; Energia: 7367.03 kJ; Białko ogółem: 75.54 g; białko zwierzęce: 51.45 g; białko roślinne: 24.09 g; Tłuszcz: 59.91 g; Węglowodany ogółem: 253.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.86 g; Sód: 1942.98 mg; Potas: 4271.54 mg; Wapń: 822.48 mg; Fosfor: 1412.43 mg; Błonnik pokarmowy: 26.32 g; suma cukrów prostych: 61.12 g; Woda: 1262.79 g; Popiół: 16.98 g;		
poniedziałek 2026-11-23	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Banan 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Jajko gotowane 1szt (***JAJA***), Sałata 10g ,	Zupa grysikowa z zieleniną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Ziemniaki 230g , Dynia duszona, skropiona olejem 120g , Sos pomidorowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2147.93 kcal; Energia: 8995.78 kJ; Białko ogółem: 89.52 g; białko zwierzęce: 58.41 g; białko roślinne: 31.12 g; Tłuszcz: 72.73 g; Węglowodany ogółem: 313.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.99 g; Sód: 2616.35 mg; Potas: 5496.54 mg; Wapń: 899.47 mg; Fosfor: 1679.73 mg; Błonnik pokarmowy: 32.15 g; suma cukrów prostych: 64.05 g; Woda: 1479.26 g; Popiół: 21.33 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-24	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek włoski 10g (***MLEKO***), Papryka 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 60g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1093.91 kcal; Energia: 4445.50 kJ; Białko ogółem: 55.38 g; białko zwierzęce: 41.88 g; białko roślinne: 12.25 g; Tłuszcz: 51.65 g; Węglowodany ogółem: 113.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.41 g; Sód: 1124.88 mg; Potas: 2188.07 mg; Wapń: 605.55 mg; Fosfor: 882.27 mg; Błonnik pokarmowy: 11.50 g; suma cukrów prostych: 27.95 g; Woda: 806.20 g; Popiół: 9.31 g;		
wtorek 2026-11-24	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek włoski 30g (***MLEKO***), Papryka 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 100g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pieczeniowy jasny 60ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 68g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1798.27 kcal; Energia: 7300.43 kJ; Białko ogółem: 97.19 g; białko zwierzęce: 73.67 g; białko roślinne: 21.45 g; Tłuszcz: 79.83 g; Węglowodany ogółem: 188.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.62 g; Sód: 1730.04 mg; Potas: 3166.57 mg; Wapń: 713.65 mg; Fosfor: 1411.86 mg; Błonnik pokarmowy: 16.90 g; suma cukrów prostych: 31.00 g; Woda: 1040.99 g; Popiół: 13.65 g;		
wtorek 2026-11-24	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), Papryka 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 30g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 230g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 30g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2042.86 kcal; Energia: 8558.41 kJ; Białko ogółem: 102.20 g; białko zwierzęce: 74.30 g; białko roślinne: 27.91 g; Tłuszcz: 81.94 g; Węglowodany ogółem: 241.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.33 g; Sód: 2314.83 mg; Potas: 3836.15 mg; Wapń: 755.79 mg; Fosfor: 1520.46 mg; Błonnik pokarmowy: 20.15 g; suma cukrów prostych: 33.06 g; Woda: 1174.42 g; Popiół: 16.50 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-24	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek włoski 10g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 60g , Seler duszony, skropiony olejem 60g (***SELER***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1024.64 kcal; Energia: 4296.79 kJ; Białko ogółem: 53.75 g; białko zwierzęce: 42.21 g; białko roślinne: 11.54 g; Tłuszcz: 47.55 g; Węglowodany ogółem: 109.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.39 g; Sód: 1505.51 mg; Potas: 2351.64 mg; Wapń: 603.94 mg; Fosfor: 937.44 mg; Błonnik pokarmowy: 13.75 g; suma cukrów prostych: 29.15 g; Woda: 780.69 g; Popiół: 10.14 g;		
wtorek 2026-11-24	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek włoski 30g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 100g , Seler duszony, skropiony olejem 100g (***SELER***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 68g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1669.08 kcal; Energia: 6997.29 kJ; Białko ogółem: 94.55 g; białko zwierzęce: 74.55 g; białko roślinne: 20.00 g; Tłuszcz: 73.03 g; Węglowodany ogółem: 180.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.70 g; Sód: 2474.72 mg; Potas: 3483.96 mg; Wapń: 735.35 mg; Fosfor: 1563.67 mg; Błonnik pokarmowy: 22.65 g; suma cukrów prostych: 33.80 g; Woda: 1027.58 g; Popiół: 15.71 g;		
wtorek 2026-11-24	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek włoski 40g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Szynka dębowa drobiowa 30g (***., SELER, GORCZYCA***), Sałata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Ziemniaki gotowane 230g , Seler duszony, skropiony olejem 120g (***SELER***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Polędwica premium 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1949.27 kcal; Energia: 8170.69 kJ; Białko ogółem: 99.87 g; białko zwierzęce: 73.53 g; białko roślinne: 26.34 g; Tłuszcz: 79.80 g; Węglowodany ogółem: 235.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.19 g; Sód: 3270.76 mg; Potas: 4209.30 mg; Wapń: 777.15 mg; Fosfor: 1690.70 mg; Błonnik pokarmowy: 28.43 g; suma cukrów prostych: 36.21 g; Woda: 1158.60 g; Popiół: 19.14 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-25	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Ogórek zielony 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 60g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 50g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Ogórek kiszony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 10g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1044.33 kcal; Energia: 4373.53 kJ; Białko ogółem: 46.09 g; białko zwierzęce: 34.41 g; białko roślinne: 11.68 g; Tłuszcz: 44.96 g; Węglowodany ogółem: 124.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.26 g; Sód: 1167.55 mg; Potas: 1857.04 mg; Wapń: 684.29 mg; Fosfor: 817.59 mg; Błonnik pokarmowy: 11.10 g; suma cukrów prostych: 43.27 g; Woda: 787.47 g; Popiół: 9.34 g;		
środa 2026-11-25	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Ogórek zielony 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 90g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 100g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 50g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Ogórek kiszony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 30g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1748.38 kcal; Energia: 7319.41 kJ; Białko ogółem: 70.18 g; białko zwierzęce: 43.96 g; białko roślinne: 26.21 g; Tłuszcz: 67.25 g; Węglowodany ogółem: 233.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.19 g; Sód: 1608.65 mg; Potas: 2608.66 mg; Wapń: 787.65 mg; Fosfor: 1147.77 mg; Błonnik pokarmowy: 19.52 g; suma cukrów prostych: 53.96 g; Woda: 958.77 g; Popiół: 13.65 g;		
środa 2026-11-25	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Chleb razowy 50g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Ogórek zielony 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 90g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 230g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 80g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Ogórek kiszony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 2141.88 kcal; Energia: 8964.77 kJ; Białko ogółem: 83.67 g; białko zwierzęce: 49.92 g; białko roślinne: 33.75 g; Tłuszcz: 81.84 g; Węglowodany ogółem: 289.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.88 g; Sód: 2142.33 mg; Potas: 3438.56 mg; Wapń: 847.81 mg; Fosfor: 1360.90 mg; Błonnik pokarmowy: 24.96 g; suma cukrów prostych: 56.58 g; Woda: 1139.76 g; Popiół: 17.04 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-25	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 60g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 50g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 10g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1079.07 kcal; Energia: 4519.55 kJ; Białko ogółem: 47.45 g; białko zwierzęce: 34.96 g; białko roślinne: 12.49 g; Tłuszcz: 45.51 g; Węglowodany ogółem: 134.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.44 g; Sód: 1064.18 mg; Potas: 2138.93 mg; Wapń: 703.98 mg; Fosfor: 894.26 mg; Błonnik pokarmowy: 14.66 g; suma cukrów prostych: 44.60 g; Woda: 787.92 g; Popiół: 9.56 g;		
środa 2026-11-25	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 90g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 100g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 50g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 30g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1783.13 kcal; Energia: 7465.43 kJ; Białko ogółem: 71.54 g; białko zwierzęce: 44.51 g; białko roślinne: 27.02 g; Tłuszcz: 67.80 g; Węglowodany ogółem: 243.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.37 g; Sód: 1505.29 mg; Potas: 2890.55 mg; Wapń: 807.34 mg; Fosfor: 1224.44 mg; Błonnik pokarmowy: 23.09 g; suma cukrów prostych: 55.29 g; Woda: 959.22 g; Popiół: 13.87 g;		
środa 2026-11-25	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Twarożek 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Dżem 25g 1szt , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Zraz wieprzowy duszony 90g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 230g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy ciemny 80g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (***GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 2116.43 kcal; Energia: 8859.15 kJ; Białko ogółem: 83.47 g; białko zwierzęce: 50.47 g; białko roślinne: 33.01 g; Tłuszcz: 82.13 g; Węglowodany ogółem: 287.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.06 g; Sód: 2038.36 mg; Potas: 3720.45 mg; Wapń: 867.50 mg; Fosfor: 1437.57 mg; Błonnik pokarmowy: 28.52 g; suma cukrów prostych: 57.92 g; Woda: 1140.21 g; Popiół: 17.26 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-26	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 200ml (***MLEKO***), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Śliwka 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Serek włoski 10g (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Knedle z truskawkami 300g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Kompot owocowy 300ml , Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), **Podwieczorek:** Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta jajeczna 10g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1837.23 kcal; Energia: 7615.45 kJ; Białko ogółem: 68.15 g; białko zwierzęce: 43.02 g; białko roślinne: 20.47 g; Tłuszcz: 80.08 g; Węglowodany ogółem: 227.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.89 g; Sód: 1314.67 mg; Potas: 3106.46 mg; Wapń: 986.27 mg; Fosfor: 1156.54 mg; Błonnik pokarmowy: 17.47 g; suma cukrów prostych: 71.02 g; Woda: 1181.03 g; Popiół: 12.26 g;		
czwartek 2026-11-26	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 200ml (***MLEKO***), Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Śliwka 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Serek włoski 30g (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Knedle z truskawkami 200g , Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta jajeczna 30g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1937.20 kcal; Energia: 8032.32 kJ; Białko ogółem: 81.34 g; białko zwierzęce: 50.09 g; białko roślinne: 26.43 g; Tłuszcz: 67.65 g; Węglowodany ogółem: 268.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.02 g; Sód: 1612.38 mg; Potas: 3146.34 mg; Wapń: 1045.32 mg; Fosfor: 1319.81 mg; Błonnik pokarmowy: 20.01 g; suma cukrów prostych: 68.75 g; Woda: 1194.49 g; Popiół: 13.56 g;		
czwartek 2026-11-26	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 200ml (***MLEKO***), Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 30g , Pomidor 50g , Śliwka 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z fasolą Jaś 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Knedle z truskawkami 300g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Kompot owocowy 300ml , Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), **Podwieczorek:** Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta jajeczna 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2563.73 kcal; Energia: 10611.51 kJ; Białko ogółem: 100.33 g; białko zwierzęce: 60.52 g; białko roślinne: 32.83 g; Tłuszcz: 105.35 g; Węglowodany ogółem: 324.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.48 g; Sód: 1877.38 mg; Potas: 3679.82 mg; Wapń: 1116.84 mg; Fosfor: 1556.82 mg; Błonnik pokarmowy: 23.61 g; suma cukrów prostych: 75.71 g; Woda: 1343.15 g; Popiół: 15.78 g;		
czwartek 2026-11-26	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Banan 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Serek włoski 10g (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Knedle z truskawkami 150g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Kompot owocowy 300ml , Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), **Podwieczorek:** Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***), Pasta jajeczna 10g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1624.36 kcal; Energia: 6727.01 kJ; Białko ogółem: 62.24 g; białko zwierzęce: 42.60 g; białko roślinne: 14.98 g; Tłuszcz: 64.05 g; Węglowodany ogółem: 215.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.01 g; Sód: 1440.79 mg; Potas: 3296.30 mg; Wapń: 947.76 mg; Fosfor: 1094.35 mg; Błonnik pokarmowy: 16.16 g; suma cukrów prostych: 84.59 g; Woda: 1155.16 g; Popiół: 12.74 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-26	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Banan 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Serek włoski 30g (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Knedle z truskawkami 200g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Kompot owocowy 300ml , Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), **Podwieczorek:** Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***), Pasta jajeczna 30g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2069.83 kcal; Energia: 8592.78 kJ; Białko ogółem: 78.74 g; białko zwierzęce: 51.04 g; białko roślinne: 22.88 g; Tłuszcz: 76.36 g; Węglowodany ogółem: 288.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.95 g; Sód: 2005.19 mg; Potas: 3799.63 mg; Wapń: 1050.30 mg; Fosfor: 1395.92 mg; Błonnik pokarmowy: 23.12 g; suma cukrów prostych: 90.93 g; Woda: 1283.80 g; Popiół: 15.85 g;		
czwartek 2026-11-26	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 200ml (***MLEKO***), Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z piersi kurczaka 30g , Pomidor 50g , Banan 150g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Serek włoski 50g (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Knedle z truskawkami 300g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Kompot owocowy 300ml , Jogurt naturalny 100g 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), **Podwieczorek:** Serek wiejski 200g 1szt (***MLEKO, LAKTOZA***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***), Pasta jajeczna 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2601.46 kcal; Energia: 10775.42 kJ; Białko ogółem: 96.80 g; białko zwierzęce: 61.62 g; białko roślinne: 28.20 g; Tłuszcz: 105.82 g; Węglowodany ogółem: 341.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.99 g; Sód: 2367.38 mg; Potas: 4334.66 mg; Wapń: 1126.11 mg; Fosfor: 1649.15 mg; Błonnik pokarmowy: 27.29 g; suma cukrów prostych: 98.24 g; Woda: 1437.02 g; Popiół: 18.33 g;		
piątek 2026-11-27	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Schab ze spiżarni 20g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Twarożek ze szczypiorkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Banan 150g , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj panierowany z pieca 50g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA***), Surówka z kapusty kiszonej z marchewką, z dodatkiem oleju 60g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 10g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1409.34 kcal; Energia: 5903.79 kJ; Białko ogółem: 67.60 g; białko zwierzęce: 53.46 g; białko roślinne: 14.14 g; Tłuszcz: 56.54 g; Węglowodany ogółem: 171.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.50 g; Sód: 1396.78 mg; Potas: 3161.70 mg; Wapń: 641.00 mg; Fosfor: 1120.88 mg; Błonnik pokarmowy: 15.16 g; suma cukrów prostych: 51.93 g; Woda: 1007.85 g; Popiół: 12.27 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-27	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Schab ze spiżarni 20g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Twarożek ze szczypiorkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Banan 150g , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj panierowany z pieca 90g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA***), Surówka z kapusty kiszonej z marchewką, z dodatkiem oleju 100g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1812.60 kcal; Energia: 7589.12 kJ; Białko ogółem: 86.08 g; białko zwierzęce: 62.69 g; białko roślinne: 23.40 g; Tłuszcz: 60.72 g; Węglowodany ogółem: 247.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.84 g; Sód: 1770.30 mg; Potas: 3820.47 mg; Wapń: 677.58 mg; Fosfor: 1418.22 mg; Błonnik pokarmowy: 20.42 g; suma cukrów prostych: 53.46 g; Woda: 1149.68 g; Popiół: 15.13 g;		
piątek 2026-11-27	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Schab ze spiżarni 30g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA***), Twarożek ze szczypiorkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Banan 150g , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj panierowany z pieca 90g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA***), Surówka z kapusty kiszonej z marchewką, z dodatkiem oleju 120g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 30g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2278.81 kcal; Energia: 9538.87 kJ; Białko ogółem: 106.82 g; białko zwierzęce: 76.59 g; białko roślinne: 30.22 g; Tłuszcz: 77.75 g; Węglowodany ogółem: 308.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.82 g; Sód: 2814.59 mg; Potas: 4812.83 mg; Wapń: 772.76 mg; Fosfor: 1730.16 mg; Błonnik pokarmowy: 25.08 g; suma cukrów prostych: 56.06 g; Woda: 1385.95 g; Popiół: 20.12 g;		
piątek 2026-11-27	**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***), Twarożek z koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj parowany w piecu 50g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szpinak gotowany, skropiony olejem 60g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 10g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1163.49 kcal; Energia: 4873.86 kJ; Białko ogółem: 67.44 g; białko zwierzęce: 51.67 g; białko roślinne: 11.47 g; Tłuszcz: 52.40 g; Węglowodany ogółem: 115.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.28 g; Sód: 1144.19 mg; Potas: 2277.92 mg; Wapń: 656.63 mg; Fosfor: 1073.32 mg; Błonnik pokarmowy: 15.87 g; suma cukrów prostych: 27.18 g; Woda: 808.04 g; Popiół: 9.90 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-27	**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***), Twarożek z koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj parowany w piecu 90g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szpinak gotowany, skropiony olejem 100g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pietruszkowy 50ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1481.88 kcal; Energia: 6206.07 kJ; Białko ogółem: 81.99 g; białko zwierzęce: 57.64 g; białko roślinne: 20.05 g; Tłuszcz: 53.92 g; Węglowodany ogółem: 184.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.26 g; Sód: 1792.08 mg; Potas: 2982.26 mg; Wapń: 737.33 mg; Fosfor: 1387.96 mg; Błonnik pokarmowy: 23.77 g; suma cukrów prostych: 29.69 g; Woda: 952.90 g; Popiół: 13.80 g;		
piątek 2026-11-27	**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***), Twarożek z koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Mintaj parowany w piecu 90g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Szpinak gotowany, skropiony olejem 200g (***MLEKO***), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pietruszkowy 80ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 30g (***., SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1940.70 kcal; Energia: 8123.45 kJ; Białko ogółem: 106.62 g; białko zwierzęce: 73.69 g; białko roślinne: 28.63 g; Tłuszcz: 69.43 g; Węglowodany ogółem: 246.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.59 g; Sód: 2643.61 mg; Potas: 4163.77 mg; Wapń: 909.57 mg; Fosfor: 1779.71 mg; Błonnik pokarmowy: 31.36 g; suma cukrów prostych: 33.30 g; Woda: 1269.12 g; Popiół: 19.60 g;		
sobota 2026-11-28	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jabłko 150g , Papryka 50g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Serek kanapkowy z suszonymi pomidorami 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz biały 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***), Kasza pęczak 60g , Buraki gotowane 60g , Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	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: 1145.64 kcal; Energia: 4799.39 kJ; Białko ogółem: 50.27 g; białko zwierzęce: 32.12 g; białko roślinne: 13.06 g; Tłuszcz: 43.96 g; Węglowodany ogółem: 149.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.13 g; Sód: 865.29 mg; Potas: 2143.81 mg; Wapń: 490.32 mg; Fosfor: 731.45 mg; Błonnik pokarmowy: 18.61 g; suma cukrów prostych: 34.88 g; Woda: 846.37 g; Popiół: 8.61 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-28	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Chleb razowy 30g , Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jabłko 150g , Papryka 50g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Serek kanapkowy z suszonymi pomidorami 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz biały 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***), Kasza pęczak 90g , Buraki gotowane 100g , Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	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: 1699.68 kcal; Energia: 7118.76 kJ; Białko ogółem: 73.92 g; białko zwierzęce: 44.01 g; białko roślinne: 23.23 g; Tłuszcz: 59.88 g; Węglowodany ogółem: 232.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.28 g; Sód: 1747.90 mg; Potas: 2776.72 mg; Wapń: 586.04 mg; Fosfor: 1056.38 mg; Błonnik pokarmowy: 24.69 g; suma cukrów prostych: 41.53 g; Woda: 996.09 g; Popiół: 12.81 g;		
sobota 2026-11-28	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jabłko 150g , Papryka 50g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Serek kanapkowy z suszonymi pomidorami 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa barszcz biały 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***), Kasza pęczak 130g , Buraki gotowane 120g , Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	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: 2086.42 kcal; Energia: 8735.72 kJ; Białko ogółem: 88.27 g; białko zwierzęce: 51.38 g; białko roślinne: 28.63 g; Tłuszcz: 75.94 g; Węglowodany ogółem: 280.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.78 g; Sód: 2086.92 mg; Potas: 3113.05 mg; Wapń: 636.68 mg; Fosfor: 1224.29 mg; Błonnik pokarmowy: 27.80 g; suma cukrów prostych: 44.56 g; Woda: 1078.95 g; Popiół: 14.78 g;		
sobota 2026-11-28	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jabłko pieczone 145g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Serek kanapkowy z suszonymi pomidorami 10g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Bitka wieprzowa ze schabu 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Kasza jęczmienna gotowana 60g (***GLUTEN***), Cukinia duszona, skropiona olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 10g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1224.98 kcal; Energia: 5131.01 kJ; Białko ogółem: 52.60 g; białko zwierzęce: 33.32 g; białko roślinne: 14.94 g; Tłuszcz: 43.30 g; Węglowodany ogółem: 172.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.11 g; Sód: 935.55 mg; Potas: 2367.49 mg; Wapń: 512.55 mg; Fosfor: 900.76 mg; Błonnik pokarmowy: 22.22 g; suma cukrów prostych: 31.27 g; Woda: 862.20 g; Popiół: 9.26 g;		
sobota 2026-11-28	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jabłko pieczone 145g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Serek kanapkowy z suszonymi pomidorami 30g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Kasza jęczmienna gotowana 90g (***GLUTEN***), Cukinia duszona, skropiona olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 30g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 1763.87 kcal; Energia: 7386.44 kJ; Białko ogółem: 76.84 g; białko zwierzęce: 48.01 g; białko roślinne: 24.41 g; Tłuszcz: 59.98 g; Węglowodany ogółem: 249.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.79 g; Sód: 1645.86 mg; Potas: 3025.96 mg; Wapń: 604.27 mg; Fosfor: 1280.64 mg; Błonnik pokarmowy: 27.81 g; suma cukrów prostych: 34.40 g; Woda: 1029.07 g; Popiół: 13.05 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-28	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Bułka kajzerka 1szt (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Jabłko pieczone 145g , Kakao bez cukru 300ml (***MLEKO***), Pomidor 50g , Serek kanapkowy z suszonymi pomidorami 50g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), Sałata 10g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA***), Kasza jęczmienna gotowana 130g (***GLUTEN***), Cukinia duszona, skropiona olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 300ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy b/cukru 150g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (***SELER, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2201.56 kcal; Energia: 9216.69 kJ; Białko ogółem: 93.59 g; białko zwierzęce: 58.60 g; białko roślinne: 30.47 g; Tłuszcz: 77.95 g; Węglowodany ogółem: 307.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.14 g; Sód: 2078.27 mg; Potas: 3511.06 mg; Wapń: 680.28 mg; Fosfor: 1578.57 mg; Błonnik pokarmowy: 33.29 g; suma cukrów prostych: 36.53 g; Woda: 1142.74 g; Popiół: 15.70 g;		
niedziela 2026-11-29	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Sałatka jarzynowa 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Ser mozzarella mini light 20g , Mandarynka 150g , Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pomarańcza 150g ,	Rosół z makaronem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka pieczone 80g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 60g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 10g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1518.87 kcal; Energia: 6362.00 kJ; Białko ogółem: 69.84 g; białko zwierzęce: 50.96 g; białko roślinne: 17.29 g; Tłuszcz: 60.50 g; Węglowodany ogółem: 191.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.60 g; Sód: 1603.05 mg; Potas: 2942.58 mg; Wapń: 788.38 mg; Fosfor: 1107.03 mg; Błonnik pokarmowy: 20.84 g; suma cukrów prostych: 54.26 g; Woda: 1197.23 g; Popiół: 12.86 g;		
niedziela 2026-11-29	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Sałatka jarzynowa 50g , Chleb razowy 30g , Mandarynka 150g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Ser mozzarella mini light 20g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pomarańcza 150g ,	Rosół z makaronem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka pieczone 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 100g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 30g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1836.69 kcal; Energia: 7692.90 kJ; Białko ogółem: 89.87 g; białko zwierzęce: 65.32 g; białko roślinne: 22.94 g; Tłuszcz: 69.95 g; Węglowodany ogółem: 234.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.17 g; Sód: 2015.75 mg; Potas: 3569.57 mg; Wapń: 861.60 mg; Fosfor: 1399.72 mg; Błonnik pokarmowy: 26.23 g; suma cukrów prostych: 56.90 g; Woda: 1353.32 g; Popiół: 15.76 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-29	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Sałatka jarzynowa 50g , Chleb razowy 50g , Mandarynka 150g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Ser mozzarella mini light 30g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Ketchup 17g 1szt , Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pomarańcza 150g ,	Rosół z makaronem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka pieczone 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 230g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 50g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2232.59 kcal; Energia: 9350.66 kJ; Białko ogółem: 104.87 g; białko zwierzęce: 73.20 g; białko roślinne: 29.75 g; Tłuszcz: 80.96 g; Węglowodany ogółem: 297.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.43 g; Sód: 2611.84 mg; Potas: 4353.65 mg; Wapń: 920.90 mg; Fosfor: 1617.48 mg; Błonnik pokarmowy: 30.60 g; suma cukrów prostych: 59.44 g; Woda: 1527.91 g; Popiół: 19.26 g;		
niedziela 2026-11-29	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Sałatka jarzynowa 50g , Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Ser mozzarella mini light 20g , Mandarynka 150g , Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pomarańcza 150g ,	Rosół z makaronem 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka duszone 80g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 60g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 60g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Serek włoski 10g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1502.07 kcal; Energia: 6292.10 kJ; Białko ogółem: 66.24 g; białko zwierzęce: 47.77 g; białko roślinne: 16.87 g; Tłuszcz: 62.11 g; Węglowodany ogółem: 189.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.79 g; Sód: 1733.73 mg; Potas: 2953.31 mg; Wapń: 805.28 mg; Fosfor: 1116.90 mg; Błonnik pokarmowy: 22.58 g; suma cukrów prostych: 55.07 g; Woda: 1192.71 g; Popiół: 13.28 g;		
niedziela 2026-11-29	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Sałatka jarzynowa 50g , Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Mandarynka 150g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Ser mozzarella mini light 20g , Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pomarańcza 150g ,	Udko kurczaka duszone 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 50ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 100g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 100g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 200ml , Rosół z makaronem 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 20g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 30g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 1764.32 kcal; Energia: 7390.23 kJ; Białko ogółem: 84.45 g; białko zwierzęce: 60.32 g; białko roślinne: 22.52 g; Tłuszcz: 66.12 g; Węglowodany ogółem: 232.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.30 g; Sód: 2137.00 mg; Potas: 3547.33 mg; Wapń: 876.74 mg; Fosfor: 1388.26 mg; Błonnik pokarmowy: 27.97 g; suma cukrów prostych: 57.68 g; Woda: 1340.39 g; Popiół: 16.08 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-29	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Sałatka jarzynowa 50g , Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Mandarynka 150g , Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Ser mozzarella mini light 30g , Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Ketchup 17g 1szt , Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pomarańcza 150g ,	Rosół z makaronem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Udko kurczaka duszone 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Sos pieczeniowy jasny 80ml (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Ziemniaki gotowane 230g , Bukiet jarzyn, skropiony olejem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kompot owocowy 200ml , **Podwieczorek:** Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Szynka z indyka 30g (***MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA***), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 50g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2149.62 kcal; Energia: 9004.15 kJ; Białko ogółem: 99.40 g; białko zwierzęce: 68.42 g; białko roślinne: 29.05 g; Tłuszcz: 77.21 g; Węglowodany ogółem: 294.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.63 g; Sód: 2831.88 mg; Potas: 4380.02 mg; Wapń: 948.05 mg; Fosfor: 1639.82 mg; Błonnik pokarmowy: 33.50 g; suma cukrów prostych: 60.74 g; Woda: 1521.58 g; Popiół: 19.99 g;		
poniedziałek 2026-11-30	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3**	
Gruszka 150g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy ze szczypiorkiem 10g (***MLEKO, LAKTOZA***), Papryka 60g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***),	Zupa brokułowa z ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kompot owocowy 200ml , Kasza gryczana gotowana 60g , Surówka z kapusty białej z zieleniną, skropiona olejem 60g (***MLEKO***), **Podwieczorek:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Polędwica sopocka 20g , Ogórek zielony 60g , Herbata z cytryną 200ml , Pasta z tuńczyka koperkiem 10g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***),
Wartości odżywcze: Energia: 1294.68 kcal; Energia: 4547.90 kJ; Białko ogółem: 48.86 g; białko zwierzęce: 26.13 g; białko roślinne: 19.33 g; Tłuszcz: 40.43 g; Węglowodany ogółem: 160.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.69 g; Sód: 663.35 mg; Potas: 2055.76 mg; Wapń: 456.02 mg; Fosfor: 873.68 mg; Błonnik pokarmowy: 18.00 g; suma cukrów prostych: 21.72 g; Woda: 786.65 g; Popiół: 8.49 g;		
poniedziałek 2026-11-30	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9**	
Gruszka 150g , Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy ze szczypiorkiem 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Papryka 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***),	Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kompot owocowy 200ml , Kasza gryczana gotowana 90g , Surówka z kapusty białej z zieleniną, skropiona olejem 100g (***MLEKO***), **Podwieczorek:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta z tuńczyka koperkiem 30g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Polędwica sopocka 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2053.52 kcal; Energia: 7724.62 kJ; Białko ogółem: 80.10 g; białko zwierzęce: 41.18 g; białko roślinne: 35.52 g; Tłuszcz: 60.13 g; Węglowodany ogółem: 281.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.71 g; Sód: 1142.68 mg; Potas: 2793.44 mg; Wapń: 622.07 mg; Fosfor: 1373.34 mg; Błonnik pokarmowy: 26.54 g; suma cukrów prostych: 33.60 g; Woda: 951.74 g; Popiół: 13.31 g;		
poniedziałek 2026-11-30	**Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18**	
Gruszka 150g , Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy ze szczypiorkiem 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 25g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Papryka 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Sałata 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kompot owocowy 200ml , Kasza gryczana gotowana 130g , **Podwieczorek:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta z tuńczyka koperkiem 50g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Polędwica sopocka 25g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2433.35 kcal; Energia: 9315.33 kJ; Białko ogółem: 96.69 g; białko zwierzęce: 51.15 g; białko roślinne: 42.14 g; Tłuszcz: 74.72 g; Węglowodany ogółem: 328.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.98 g; Sód: 1400.54 mg; Potas: 2920.39 mg; Wapń: 592.46 mg; Fosfor: 1641.94 mg; Błonnik pokarmowy: 28.02 g; suma cukrów prostych: 34.03 g; Woda: 927.46 g; Popiół: 14.57 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-30	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3**	
Gruszka pieczona 150g , Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 60g , Kakao 200ml (***MLEKO***), Serek kanapkowy z pietruszką 10g (***MLEKO, LAKTOZA***),	Zupa brokułowa z ziemniakami 200ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 60g (***GLUTEN***), **Podwieczorek:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),	Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml , Pasta z tuńczyka koperkiem 10g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Polędwica sopocka 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1218.32 kcal; Energia: 4226.35 kJ; Białko ogółem: 42.05 g; białko zwierzęce: 24.71 g; białko roślinne: 13.94 g; Tłuszcz: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 153.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.82 g; Sód: 785.83 mg; Potas: 1893.94 mg; Wapń: 388.92 mg; Fosfor: 706.53 mg; Błonnik pokarmowy: 17.89 g; suma cukrów prostych: 21.27 g; Woda: 691.13 g; Popiół: 7.45 g;		
poniedziałek 2026-11-30	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9**	
Gruszka pieczona 150g , Chleb zwykły 30g (***ŻYTO, PSZENICA***), Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z pietruszką 30g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***),	Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 90g (***GLUTEN***), **Podwieczorek:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),	Chleb zwykły 80g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 10g (***ŚMIETANKA***), Pasta z tuńczyka koperkiem 30g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Polędwica sopocka 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1928.40 kcal; Energia: 7199.37 kJ; Białko ogółem: 68.10 g; białko zwierzęce: 36.89 g; białko roślinne: 27.81 g; Tłuszcz: 55.37 g; Węglowodany ogółem: 272.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.38 g; Sód: 1243.31 mg; Potas: 2437.41 mg; Wapń: 495.60 mg; Fosfor: 1082.56 mg; Błonnik pokarmowy: 25.59 g; suma cukrów prostych: 32.12 g; Woda: 805.23 g; Popiół: 11.40 g;		
poniedziałek 2026-11-30	**Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18**	
Gruszka pieczona 150g , Chleb zwykły 50g (***ŻYTO, PSZENICA***), Rogal 1szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Serek kanapkowy z pietruszką 50g (***MLEKO, LAKTOZA***), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA***), Pomidor 50g , Kakao 200ml (***MLEKO***),	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA***), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA***), Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 130g (***GLUTEN***), **Podwieczorek:** Jogurt pitny naturalny 1szt (***MLEKO***),	Chleb zwykły 100g (***ŻYTO, PSZENICA***), Masło extra 82% 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta z tuńczyka koperkiem 50g (***GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM***), Polędwica sopocka 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2313.21 kcal; Energia: 8809.92 kJ; Białko ogółem: 84.32 g; białko zwierzęce: 47.34 g; białko roślinne: 33.58 g; Tłuszcz: 68.38 g; Węglowodany ogółem: 328.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.59 g; Sód: 1669.59 mg; Potas: 2803.14 mg; Wapń: 556.01 mg; Fosfor: 1323.56 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g; suma cukrów prostych: 34.05 g; Woda: 880.00 g; Popiół: 13.72 g;		

Dietetyk

.....

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