

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-01 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Chleb razowy 50g , Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt , Masło śmietankowe 60% 15g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Pestki dynii 20g , Ogórek zielony 100g , Sałata 10g , Nektarynka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Zupa dyniowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pierś delikatna z kurnej półki 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 40g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2334.23 kcal; Energia: 9311.36 kJ; Białko ogółem: 106.01 g; białko zwierzęce: 59.24 g; białko roślinne: 40.92 g; Tłuszcz: 69.87 g; Węglowodany ogółem: 349.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.83 g; Sód: 2226.60 mg; Potas: 4859.11 mg; Wapń: 1074.19 mg; Fosfor: 1683.30 mg; Błonnik pokarmowy: 32.51 g; suma cukrów prostych: 72.17 g; Woda: 1641.30 g; Popiół: 20.80 g;		
czwartek 2026-10-01 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt , Masło śmietankowe 60% 15g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Pomidor 100g , Sałata 10g , Nektarynka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Zupa dyniowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pierś delikatna z kurnej półki 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 40g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2193.62 kcal; Energia: 9187.52 kJ; Białko ogółem: 100.40 g; białko zwierzęce: 59.79 g; białko roślinne: 40.17 g; Tłuszcz: 61.14 g; Węglowodany ogółem: 342.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.01 g; Sód: 2466.13 mg; Potas: 5099.59 mg; Wapń: 1091.97 mg; Fosfor: 1756.75 mg; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; suma cukrów prostych: 73.43 g; Woda: 1619.57 g; Popiół: 21.66 g;		
czwartek 2026-10-01 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Chleb razowy 50g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ogórek zielony 100g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Pestki dynii 20g , Sałata 10g , Nektarynka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Zupa dyniowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pierś delikatna z kurnej półki 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 40g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2266.26 kcal; Energia: 9025.52 kJ; Białko ogółem: 106.84 g; białko zwierzęce: 57.42 g; białko roślinne: 43.56 g; Tłuszcz: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 342.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.25 g; Sód: 2382.96 mg; Potas: 4785.11 mg; Wapń: 975.09 mg; Fosfor: 1616.29 mg; Błonnik pokarmowy: 31.45 g; suma cukrów prostych: 56.09 g; Woda: 1606.83 g; Popiół: 19.87 g;		
czwartek 2026-10-01 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Banan 150g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Sałata 10g , Pomidor bez skórki 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Rosółek z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pierś delikatna z kurnej półki 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2249.42 kcal; Energia: 9416.83 kJ; Białko ogółem: 108.65 g; białko zwierzęce: 58.46 g; białko roślinne: 40.68 g; Tłuszcz: 48.87 g; Węglowodany ogółem: 370.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.99 g; Sód: 2520.46 mg; Potas: 5533.04 mg; Wapń: 965.69 mg; Fosfor: 1609.46 mg; Błonnik pokarmowy: 32.17 g; suma cukrów prostych: 81.29 g; Woda: 1664.44 g; Popiół: 21.52 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-01		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Salata 10g , Pomidor 100g , Nektarynka 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Zupa dyniowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pierś delikatna z kurnej pólki 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2348.62 kcal; Energia: 9836.29 kJ; Białko ogółem: 125.73 g; białko zwierzęce: 87.73 g; białko roślinne: 37.54 g; Tłuszcz: 70.27 g; Węglowodany ogółem: 333.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.44 g; Sód: 2791.71 mg; Potas: 5341.39 mg; Wapń: 1230.25 mg; Fosfor: 2029.41 mg; Błonnik pokarmowy: 33.47 g; suma cukrów prostych: 68.66 g; Woda: 1726.60 g; Popiół: 23.41 g;		
czwartek 2026-10-01		
Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),	Zupa dyniowa z ryżem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g , Ziemniaki gotowane 250g (MLEKO), Marchew duszona puree, z dodatkiem oleju 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Zupa dyniowa z ryżem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 50g (SELER, GORCZYCA), Marchewka gotowana puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1821.33 kcal; Energia: 7622.59 kJ; Białko ogółem: 90.54 g; białko zwierzęce: 60.59 g; białko roślinne: 29.71 g; Tłuszcz: 49.56 g; Węglowodany ogółem: 276.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.02 g; Sód: 2544.90 mg; Potas: 5003.84 mg; Wapń: 1042.58 mg; Fosfor: 1623.05 mg; Błonnik pokarmowy: 26.19 g; suma cukrów prostych: 51.85 g; Woda: 1608.96 g; Popiół: 20.76 g;		
piątek 2026-10-02		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spiżarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj panierowany z pieca 90g (GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką, z dodatkiem oleju 200g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2231.29 kcal; Energia: 9345.08 kJ; Białko ogółem: 108.57 g; białko zwierzęce: 75.37 g; białko roślinne: 32.74 g; Tłuszcz: 73.43 g; Węglowodany ogółem: 306.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.62 g; Sód: 3146.12 mg; Potas: 4752.14 mg; Wapń: 1125.38 mg; Fosfor: 1958.47 mg; Błonnik pokarmowy: 26.06 g; suma cukrów prostych: 55.37 g; Woda: 1589.45 g; Popiół: 22.17 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-02 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Schab ze spiżarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dynia duszona, skropiona olejem 200g, Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g, Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2137.84 kcal; Energia: 8958.61 kJ; Białko ogółem: 107.41 g; białko zwierzęce: 76.28 g; białko roślinne: 30.68 g; Tłuszcz: 71.11 g; Węglowodany ogółem: 297.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.73 g; Sód: 3048.51 mg; Potas: 5209.92 mg; Wapń: 1232.38 mg; Fosfor: 2144.62 mg; Błonnik pokarmowy: 32.79 g; suma cukrów prostych: 61.21 g; Woda: 1580.21 g; Popiół: 21.85 g;		
piątek 2026-10-02 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Schab ze spiżarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką, z dodatkiem oleju 200g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g, Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Jajko gotowane 1szt (JAJA), Ogórek zielony 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2190.37 kcal; Energia: 9171.31 kJ; Białko ogółem: 107.58 g; białko zwierzęce: 74.08 g; białko roślinne: 33.05 g; Tłuszcz: 66.70 g; Węglowodany ogółem: 304.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.78 g; Sód: 2612.22 mg; Potas: 4488.79 mg; Wapń: 1062.10 mg; Fosfor: 1771.64 mg; Błonnik pokarmowy: 19.73 g; suma cukrów prostych: 52.75 g; Woda: 1554.27 g; Popiół: 20.00 g;		
piątek 2026-10-02 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka drobiowa gotowana 40g, Serek włoski 50g (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Rosółek z kaszą manną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Dynia duszona 200g, Kompot owocowy 300ml,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor bez skórki 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2033.84 kcal; Energia: 8517.39 kJ; Białko ogółem: 109.54 g; białko zwierzęce: 75.63 g; białko roślinne: 33.91 g; Tłuszcz: 47.43 g; Węglowodany ogółem: 313.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.45 g; Sód: 3059.75 mg; Potas: 4525.39 mg; Wapń: 1142.65 mg; Fosfor: 1903.60 mg; Błonnik pokarmowy: 25.34 g; suma cukrów prostych: 81.68 g; Woda: 1513.78 g; Popiół: 20.70 g;		
piątek 2026-10-02 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Schab ze spiżarni 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mintaj parowany w piecu 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dynia duszona, skropiona olejem 200g, Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g, Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Maślanka naturalna 330ml 1szt,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka dębowa drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2211.97 kcal; Energia: 9269.57 kJ; Białko ogółem: 114.35 g; białko zwierzęce: 83.22 g; białko roślinne: 30.68 g; Tłuszcz: 74.05 g; Węglowodany ogółem: 302.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.97 g; Sód: 3246.51 mg; Potas: 5408.48 mg; Wapń: 1343.53 mg; Fosfor: 2254.15 mg; Błonnik pokarmowy: 32.79 g; suma cukrów prostych: 65.91 g; Woda: 1670.91 g; Popiół: 22.70 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-02		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta mięsna z warzywami 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Masło śmietankowe 60% 8g, Kakao 300ml (MLEKO), Marchewka gotowana puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g, Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g, Dynia duszona puree 200g, Kompot owocowy 300ml,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 70g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Cukinia duszona puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2123.28 kcal; Energia: 8896.07 kJ; Białko ogółem: 85.75 g; białko zwierzęce: 53.00 g; białko roślinne: 32.51 g; Tłuszcz: 78.49 g; Węglowodany ogółem: 298.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.02 g; Sód: 2065.62 mg; Potas: 5477.53 mg; Wapń: 1146.74 mg; Fosfor: 1789.34 mg; Błonnik pokarmowy: 31.71 g; suma cukrów prostych: 59.35 g; Woda: 1656.60 g; Popiół: 21.44 g;		
sobota 2026-10-03		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Chleb razowy 50g, Masło śmietankowe 60% 15g, Ser mozzarella light (kulka) 50g, Szyńka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko 150g, Papryka 100g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Sałata 10g,	Zupa minestrone z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g, Mizeria z jogurtem naturalnym 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Sałatka z pomidora z dodatkiem oleju 100g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1979.43 kcal; Energia: 8296.20 kJ; Białko ogółem: 101.94 g; białko zwierzęce: 62.96 g; białko roślinne: 29.03 g; Tłuszcz: 65.35 g; Węglowodany ogółem: 268.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.42 g; Sód: 3307.55 mg; Potas: 4848.08 mg; Wapń: 841.86 mg; Fosfor: 1536.44 mg; Błonnik pokarmowy: 26.04 g; suma cukrów prostych: 42.13 g; Woda: 1664.07 g; Popiół: 21.86 g;		
sobota 2026-10-03		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Ser mozzarella light (kulka) 50g, Szyńka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko pieczone 145g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 100g, Sałata 10g,	Zupa minestrone z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g, Cukinia duszona, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałatka z pomidora z dodatkiem oleju 100g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1980.84 kcal; Energia: 8294.05 kJ; Białko ogółem: 104.13 g; białko zwierzęce: 66.26 g; białko roślinne: 27.92 g; Tłuszcz: 72.65 g; Węglowodany ogółem: 252.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.23 g; Sód: 3037.55 mg; Potas: 4928.28 mg; Wapń: 735.61 mg; Fosfor: 1566.93 mg; Błonnik pokarmowy: 27.75 g; suma cukrów prostych: 40.20 g; Woda: 1535.84 g; Popiół: 20.12 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-03 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Bulka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Jabłko 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Papryka 100g , Sałata 10g ,	Zupa minestrone z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Mizeria z jogurtem naturalnym 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Sałatka z pomidora z dodatkiem oleju 100g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2136.43 kcal; Energia: 8951.38 kJ; Białko ogółem: 107.04 g; białko zwierzęce: 61.86 g; białko roślinne: 35.23 g; Tłuszcz: 64.85 g; Węglowodany ogółem: 301.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.04 g; Sód: 2823.55 mg; Potas: 4717.08 mg; Wapń: 789.86 mg; Fosfor: 1481.44 mg; Błonnik pokarmowy: 25.99 g; suma cukrów prostych: 41.03 g; Woda: 1634.27 g; Popiół: 20.36 g;		
sobota 2026-10-03 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Bulka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Baton pszenenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor bez skórki 100g , Sałata 10g ,	Rosół z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Baton pszenenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1993.95 kcal; Energia: 8341.56 kJ; Białko ogółem: 115.78 g; białko zwierzęce: 73.43 g; białko roślinne: 32.85 g; Tłuszcz: 48.14 g; Węglowodany ogółem: 293.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.61 g; Sód: 2954.04 mg; Potas: 5213.11 mg; Wapń: 683.01 mg; Fosfor: 1586.66 mg; Błonnik pokarmowy: 23.57 g; suma cukrów prostych: 56.59 g; Woda: 1563.22 g; Popiół: 20.67 g;		
sobota 2026-10-03 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Bulka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Ser mozzarella light (kulka) 80g , Jabłko pieczone 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 100g , Sałata 10g ,	Zupa minestrone z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udziec z indyka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 5g , Szynka drobiowa 30g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałatka z pomidora z dodatkiem oleju 100g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2187.10 kcal; Energia: 9158.33 kJ; Białko ogółem: 122.13 g; białko zwierzęce: 76.43 g; białko roślinne: 29.97 g; Tłuszcz: 79.79 g; Węglowodany ogółem: 271.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.31 g; Sód: 3338.56 mg; Potas: 5096.42 mg; Wapń: 755.08 mg; Fosfor: 1667.92 mg; Błonnik pokarmowy: 29.62 g; suma cukrów prostych: 41.21 g; Woda: 1569.39 g; Popiół: 21.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-03		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 50g (SELER, GORCZYCA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Zupa mleczna kaszą manną zmiksowana 250ml (MLEKO, GLUTEN), Marchewka gotowana puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa minestrone z ziemniakami bez fasoli zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka gotowana zmielona 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Cukinia duszona puree, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Zupa minestrone z ziemniakami zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Serek wiejski 70g (MLEKO, LAKTOZA), Herbata z cytryną 300ml , Marchew duszona, skropiona olejem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1900.04 kcal; Energia: 7952.34 kJ; Białko ogółem: 107.75 g; białko zwierzęce: 78.38 g; białko roślinne: 29.13 g; Tłuszcz: 60.59 g; Węglowodany ogółem: 252.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.46 g; Sód: 2624.33 mg; Potas: 5698.44 mg; Wapń: 971.11 mg; Fosfor: 1734.99 mg; Błonnik pokarmowy: 23.68 g; suma cukrów prostych: 47.63 g; Woda: 1700.68 g; Popiół: 21.50 g;		
niedziela 2026-10-04		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 50g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Twarożek z rzodkiewką 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ogórek zielony 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Brzoskwinia 150g , Sałata 10g , Kakao 300ml (MLEKO),	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko kurczaka pieczone 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2566.51 kcal; Energia: 10288.67 kJ; Białko ogółem: 131.21 g; białko zwierzęce: 94.66 g; białko roślinne: 31.62 g; Tłuszcz: 117.74 g; Węglowodany ogółem: 278.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.70 g; Sód: 3120.05 mg; Potas: 4981.76 mg; Wapń: 833.83 mg; Fosfor: 1916.17 mg; Błonnik pokarmowy: 32.55 g; suma cukrów prostych: 41.42 g; Woda: 1732.23 g; Popiół: 23.07 g;		
niedziela 2026-10-04		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Kakao 300ml (MLEKO), Brzoskwinia 150g , Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko kurczaka duszone 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 200g , Dynia duszona, skropiona olejem 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2331.44 kcal; Energia: 9773.90 kJ; Białko ogółem: 119.46 g; białko zwierzęce: 88.21 g; białko roślinne: 30.49 g; Tłuszcz: 98.34 g; Węglowodany ogółem: 275.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.30 g; Sód: 3160.80 mg; Potas: 5168.15 mg; Wapń: 878.83 mg; Fosfor: 1903.52 mg; Błonnik pokarmowy: 34.03 g; suma cukrów prostych: 45.18 g; Woda: 1616.02 g; Popiół: 22.57 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-04		
Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 100g , Ogórek zielony 100g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Twarożek z rzodkiewką 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Masło śmietankowe 60% 15g , Kakao 300ml (MLEKO), Brzoskwinia 150g , Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko kurczaka pieczone 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2669.01 kcal; Energia: 10715.44 kJ; Białko ogółem: 134.26 g; białko zwierzęce: 96.41 g; białko roślinne: 32.92 g; Tłuszcz: 117.44 g; Węglowodany ogółem: 289.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.49 g; Sód: 2246.05 mg; Potas: 4507.26 mg; Wapń: 845.83 mg; Fosfor: 1723.67 mg; Błonnik pokarmowy: 22.75 g; suma cukrów prostych: 42.12 g; Woda: 1678.63 g; Popiół: 19.72 g;		
niedziela 2026-10-04		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Szynka drobiowa 50g , Pomidor bez skórki 100g , Mus owocowy 120g 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko kurczaka duszone 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2078.22 kcal; Energia: 8702.65 kJ; Białko ogółem: 122.29 g; białko zwierzęce: 88.64 g; białko roślinne: 33.65 g; Tłuszcz: 61.51 g; Węglowodany ogółem: 281.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.90 g; Sód: 2750.82 mg; Potas: 4795.65 mg; Wapń: 742.09 mg; Fosfor: 1662.10 mg; Błonnik pokarmowy: 26.00 g; suma cukrów prostych: 56.94 g; Woda: 1524.98 g; Popiół: 20.43 g;		
niedziela 2026-10-04		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Twarożek z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Kakao 300ml (MLEKO), Brzoskwinia 150g , Salata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko kurczaka duszone 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 200g , Dynia duszona, skropiona olejem 200g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2455.44 kcal; Energia: 10295.90 kJ; Białko ogółem: 134.36 g; białko zwierzęce: 103.91 g; białko roślinne: 29.69 g; Tłuszcz: 102.94 g; Węglowodany ogółem: 280.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.17 g; Sód: 3407.80 mg; Potas: 5138.15 mg; Wapń: 1060.83 mg; Fosfor: 2104.52 mg; Błonnik pokarmowy: 32.93 g; suma cukrów prostych: 53.08 g; Woda: 1691.12 g; Popiół: 23.27 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-04 Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą wzmocniona 250ml (MLEKO, GLUTEN), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Twaróg z koperkiem 70g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Kakao 300ml (MLEKO), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),	Rosół z makaronem zmiksowany 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone zmielone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 200g (MLEKO), Dynia duszona puree, z dodatkiem oleju 200g, Kompot owocowy 300ml,	Rosół z makaronem zmiksowany 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z wędliny 50g (SELER, GORCZYCA), Herbata z cytryną 300ml, Dynia duszona puree 50g, Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1835.68 kcal; Energia: 7676.76 kJ; Białko ogółem: 88.14 g; białko zwierzęce: 57.06 g; białko roślinne: 31.08 g; Tłuszcz: 59.26 g; Węglowodany ogółem: 261.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.57 g; Sód: 2792.94 mg; Potas: 4848.02 mg; Wapń: 999.60 mg; Fosfor: 1544.90 mg; Błonnik pokarmowy: 27.00 g; suma cukrów prostych: 47.37 g; Woda: 1582.52 g; Popiół: 21.10 g;		
poniedziałek 2026-10-05 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Bulka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Chleb razowy 50g, Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g, Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Sok NFC 200ml 1szt, Masło śmietankowe 60% 15g, Papryka 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Kasza gryczana gotowana 150g, Kompot owocowy 300ml, Surówka z kapusty białej z zieleniną, skropiona olejem 200g (MLEKO), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Polędwica sopocka 40g, Ogórek zielony 100g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta z tuńczyka koperkiem 50g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2270.61 kcal; Energia: 9515.73 kJ; Białko ogółem: 106.40 g; białko zwierzęce: 53.46 g; białko roślinne: 46.99 g; Tłuszcz: 69.05 g; Węglowodany ogółem: 335.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.21 g; Sód: 2231.08 mg; Potas: 4119.83 mg; Wapń: 998.60 mg; Fosfor: 2003.35 mg; Błonnik pokarmowy: 33.76 g; suma cukrów prostych: 45.42 g; Woda: 1359.70 g; Popiół: 19.78 g;		
poniedziałek 2026-10-05 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Bulka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g, Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Masło śmietankowe 60% 15g, Sok NFC 200ml 1szt, Pomidor 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Kompot owocowy 300ml, Marchew duszona, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Polędwica sopocka 40g, Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta z tuńczyka koperkiem 50g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2263.15 kcal; Energia: 9482.71 kJ; Białko ogółem: 93.64 g; białko zwierzęce: 52.40 g; białko roślinne: 35.29 g; Tłuszcz: 76.77 g; Węglowodany ogółem: 334.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.29 g; Sód: 2546.19 mg; Potas: 3978.68 mg; Wapń: 859.74 mg; Fosfor: 1619.23 mg; Błonnik pokarmowy: 37.75 g; suma cukrów prostych: 47.14 g; Woda: 1293.35 g; Popiół: 17.33 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-05 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Chleb razowy 50g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Papryka 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Salata 10g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Kasza gryczana gotowana 150g , Kompot owocowy 300ml , Surówka z kapusty białej z zieleniną, skropiona olejem 200g (MLEKO), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopočka 40g , Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z tuńczyka koperkiem 50g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2424.61 kcal; Energia: 10154.91 kJ; Białko ogółem: 111.70 g; białko zwierzęce: 52.06 g; białko roślinne: 53.69 g; Tłuszcz: 68.55 g; Węglowodany ogółem: 367.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.82 g; Sód: 1915.08 mg; Potas: 4144.83 mg; Wapń: 932.60 mg; Fosfor: 1949.35 mg; Błonnik pokarmowy: 33.81 g; suma cukrów prostych: 42.42 g; Woda: 1330.00 g; Popiół: 18.98 g;		
poniedziałek 2026-10-05 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Sok NFC 200ml 1szt , Banan 150g , Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA),	Rosółek z kaszą jaglaną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szyńka z piersi kurczaka 50g , Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2061.93 kcal; Energia: 8422.71 kJ; Białko ogółem: 93.66 g; białko zwierzęce: 43.76 g; białko roślinne: 34.39 g; Tłuszcz: 56.80 g; Węglowodany ogółem: 320.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.23 g; Sód: 2769.62 mg; Potas: 4821.06 mg; Wapń: 809.70 mg; Fosfor: 1408.87 mg; Błonnik pokarmowy: 29.55 g; suma cukrów prostych: 70.93 g; Woda: 1486.35 g; Popiół: 19.24 g;		
poniedziałek 2026-10-05 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Pierś delikatna z kurnej półki 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), serek śmietankowy w plastarch naturalny 50g , Sok NFC 200ml 1szt , Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA),	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Kompot owocowy 300ml , Marchew duszona, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopočka 50g , Pasta z tuńczyka koperkiem 90g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2536.70 kcal; Energia: 10631.64 kJ; Białko ogółem: 109.48 g; białko zwierzęce: 66.89 g; białko roślinne: 42.14 g; Tłuszcz: 72.06 g; Węglowodany ogółem: 398.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.35 g; Sód: 2838.80 mg; Potas: 4293.34 mg; Wapń: 978.40 mg; Fosfor: 1839.15 mg; Błonnik pokarmowy: 39.32 g; suma cukrów prostych: 65.15 g; Woda: 1423.90 g; Popiół: 20.10 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-05 Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Dynia duszona puree, z dodatkiem oleju 50g, Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Kakao 300ml (MLEKO),	Zupa brokułowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny mielony 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g, Marchew duszona puree, z dodatkiem oleju 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Zupa brokułowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z wędliny 50g (SELER, GORCZYCA), Cukinia duszona puree, skropiona olejem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 1896.25 kcal; Energia: 7936.47 kJ; Białko ogółem: 83.57 g; białko zwierzęce: 52.39 g; białko roślinne: 31.18 g; Tłuszcz: 68.55 g; Węglowodany ogółem: 264.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.71 g; Sód: 2449.35 mg; Potas: 5431.79 mg; Wapń: 1119.71 mg; Fosfor: 1670.65 mg; Błonnik pokarmowy: 30.29 g; suma cukrów prostych: 53.64 g; Woda: 1684.39 g; Popiół: 21.28 g;		
wtorek 2026-10-06 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml (MLEKO), Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g,	Zupa kalarepowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Kapusta czerwona gotowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA),	Szynka z piersi kurczaka 40g, Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Hummus z dodatkiem oleju 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Rzodkiewka 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g,
Wartości odżywcze: Energia: 2273.17 kcal; Energia: 9357.37 kJ; Białko ogółem: 109.32 g; białko zwierzęce: 59.60 g; białko roślinne: 32.46 g; Tłuszcz: 74.20 g; Węglowodany ogółem: 312.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.90 g; Sód: 2773.24 mg; Potas: 4618.65 mg; Wapń: 1035.70 mg; Fosfor: 1581.65 mg; Błonnik pokarmowy: 31.10 g; suma cukrów prostych: 50.72 g; Woda: 1516.63 g; Popiół: 20.61 g;		
wtorek 2026-10-06 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g,	Zupa kalarepowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Dynia duszona, skropiona olejem 200g, Kompot owocowy 300ml, Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA),	Szynka z piersi kurczaka 40g, Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek wiejski 60g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g,
Wartości odżywcze: Energia: 2171.90 kcal; Energia: 8941.03 kJ; Białko ogółem: 110.13 g; białko zwierzęce: 68.73 g; białko roślinne: 28.65 g; Tłuszcz: 74.71 g; Węglowodany ogółem: 294.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.36 g; Sód: 3501.44 mg; Potas: 4994.83 mg; Wapń: 1164.38 mg; Fosfor: 1860.23 mg; Błonnik pokarmowy: 36.18 g; suma cukrów prostych: 58.14 g; Woda: 1603.89 g; Popiół: 22.93 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-06 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Zupa kalarepowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Kapusta czerwona gotowana, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA),	Szynka z piersi kurczaka 40g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Hummus z dodatkiem oleju 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2329.17 kcal; Energia: 9587.55 kJ; Białko ogółem: 109.32 g; białko zwierzęce: 62.50 g; białko roślinne: 33.86 g; Tłuszcz: 72.70 g; Węglowodany ogółem: 324.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.71 g; Sód: 2338.24 mg; Potas: 4561.65 mg; Wapń: 1133.70 mg; Fosfor: 1525.65 mg; Błonnik pokarmowy: 22.30 g; suma cukrów prostych: 59.62 g; Woda: 1564.73 g; Popiół: 19.41 g;		
wtorek 2026-10-06 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor bez skórki 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Sałata 10g , Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Rosół z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Szynka z piersi kurczaka 40g , Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek wiejski 60g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2023.94 kcal; Energia: 8312.16 kJ; Białko ogółem: 105.29 g; białko zwierzęce: 60.49 g; białko roślinne: 32.50 g; Tłuszcz: 59.13 g; Węglowodany ogółem: 290.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.32 g; Sód: 3534.38 mg; Potas: 4942.41 mg; Wapń: 1074.33 mg; Fosfor: 1693.17 mg; Błonnik pokarmowy: 31.15 g; suma cukrów prostych: 54.37 g; Woda: 1643.56 g; Popiół: 22.94 g;		
wtorek 2026-10-06 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 350ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Zupa kalarepowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona, skropiona olejem 200g , Kompot owocowy 300ml , Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek wiejski 60g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z piersi kurczaka 50g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2342.90 kcal; Energia: 9615.03 kJ; Białko ogółem: 124.83 g; białko zwierzęce: 81.43 g; białko roślinne: 28.65 g; Tłuszcz: 85.91 g; Węglowodany ogółem: 297.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.90 g; Sód: 3548.44 mg; Potas: 5111.83 mg; Wapń: 1262.38 mg; Fosfor: 2000.23 mg; Błonnik pokarmowy: 36.18 g; suma cukrów prostych: 60.14 g; Woda: 1676.49 g; Popiół: 23.63 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-06		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmiksowana 350ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Pasta z wędliny 60g (SELER, GORCZYCA),	Zupa kalarepowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone zmielone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Dynia duszona puree, z dodatkiem oleju 200g, Kompot owocowy 300ml,	Zupa kalarepowa z ziemniakami zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta z sera włoskiego 60g (MLEKO), Marchew duszona puree, z dodatkiem oleju 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c szt 1g,
Wartości odżywcze: Energia: 2038.81 kcal; Energia: 8533.28 kJ; Białko ogółem: 97.94 g; białko zwierzęce: 61.10 g; białko roślinne: 32.30 g; Tłuszcz: 60.14 g; Węglowodany ogółem: 301.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.99 g; Sód: 3341.97 mg; Potas: 5594.02 mg; Wapń: 1066.96 mg; Fosfor: 1736.19 mg; Błonnik pokarmowy: 33.46 g; suma cukrów prostych: 56.58 g; Woda: 1703.13 g; Popiół: 24.13 g;		
środa 2026-10-07		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 50g, Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek 70g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Jabłko 1szt, Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Masło orzechowe 20g, Sałata 10g, Pomidor 100g,	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szyńka dębowa drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 100g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2307.65 kcal; Energia: 9147.14 kJ; Białko ogółem: 115.56 g; białko zwierzęce: 74.03 g; białko roślinne: 35.88 g; Tłuszcz: 72.45 g; Węglowodany ogółem: 325.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.16 g; Sód: 2770.86 mg; Potas: 4777.56 mg; Wapń: 969.53 mg; Fosfor: 1763.20 mg; Błonnik pokarmowy: 33.39 g; suma cukrów prostych: 59.53 g; Woda: 1567.52 g; Popiół: 20.18 g;		
środa 2026-10-07		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek 70g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Banan 150g, Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Sałata 10g, Pomidor 100g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN),	Zupa koperkowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szyńka dębowa drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2299.24 kcal; Energia: 9638.73 kJ; Białko ogółem: 110.90 g; białko zwierzęce: 74.58 g; białko roślinne: 35.87 g; Tłuszcz: 61.79 g; Węglowodany ogółem: 355.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.45 g; Sód: 2836.94 mg; Potas: 5527.21 mg; Wapń: 998.00 mg; Fosfor: 1855.37 mg; Błonnik pokarmowy: 33.52 g; suma cukrów prostych: 87.87 g; Woda: 1568.92 g; Popiół: 21.87 g;		
środa 2026-10-07		
Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 50g, Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek 70g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 100g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Kiwi 150g, Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Masło orzechowe 20g, Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Szyńka dębowa drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 100g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2350.15 kcal; Energia: 9314.62 kJ; Białko ogółem: 127.46 g; białko zwierzęce: 81.93 g; białko roślinne: 39.88 g; Tłuszcz: 68.63 g; Węglowodany ogółem: 330.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.77 g; Sód: 3105.96 mg; Potas: 5093.36 mg; Wapń: 941.83 mg; Fosfor: 1851.60 mg; Błonnik pokarmowy: 32.67 g; suma cukrów prostych: 47.01 g; Woda: 1575.33 g; Popiół: 20.75 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-07 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Twarożek 70g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Banan 150g, Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Sałata 10g, Pomidor bez skórki 100g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN),	Rosół z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka gotowana 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka dębowa drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor bez skórki 100g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Serek włoski 50g (MLEKO), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2187.54 kcal; Energia: 9160.95 kJ; Białko ogółem: 109.02 g; białko zwierzęce: 73.43 g; białko roślinne: 35.59 g; Tłuszcz: 45.66 g; Węglowodany ogółem: 359.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.48 g; Sód: 2832.25 mg; Potas: 5331.04 mg; Wapń: 956.89 mg; Fosfor: 1733.81 mg; Błonnik pokarmowy: 29.14 g; suma cukrów prostych: 88.31 g; Woda: 1622.70 g; Popiół: 20.69 g;		
środa 2026-10-07 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek 70g (MLEKO, LAKTOZA), Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Banan 150g, Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Sałata 10g, Pomidor 100g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN),	Zupa koperkowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Bukiet jarzyn, skropiony olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Szynka drobiowa 30g, Masło śmietankowe 60% 5g,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Szynka dębowa drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2459.99 kcal; Energia: 10305.39 kJ; Białko ogółem: 131.53 g; białko zwierzęce: 92.78 g; białko roślinne: 38.23 g; Tłuszcz: 66.60 g; Węglowodany ogółem: 365.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.72 g; Sód: 3426.47 mg; Potas: 5816.26 mg; Wapń: 1017.77 mg; Fosfor: 2044.92 mg; Błonnik pokarmowy: 35.10 g; suma cukrów prostych: 81.63 g; Woda: 1614.00 g; Popiół: 23.98 g;		
środa 2026-10-07 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Twarożek 70g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Marchew duszona puree, z dodatkiem oleju 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Zupa koperkowa z ryżem zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g, Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Bukiet jarzyn gotowany puree, skropiony olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Rosół z ryżem zmięszany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bukiet jarzyn puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1853.14 kcal; Energia: 7761.34 kJ; Białko ogółem: 93.18 g; białko zwierzęce: 59.90 g; białko roślinne: 33.04 g; Tłuszcz: 52.48 g; Węglowodany ogółem: 278.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.62 g; Sód: 2253.52 mg; Potas: 4683.76 mg; Wapń: 1032.89 mg; Fosfor: 1673.63 mg; Błonnik pokarmowy: 29.38 g; suma cukrów prostych: 49.83 g; Woda: 1573.21 g; Popiół: 20.42 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-08 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab maryny 40g , Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g , Brzoskwinia 150g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, „ SELER, SOJA, GORCZYCA), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2197.20 kcal; Energia: 8741.04 kJ; Białko ogółem: 89.65 g; białko zwierzęce: 48.47 g; białko roślinne: 35.99 g; Tłuszcz: 92.14 g; Węglowodany ogółem: 284.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.08 g; Sód: 3104.68 mg; Potas: 4443.03 mg; Wapń: 885.04 mg; Fosfor: 1571.46 mg; Błonnik pokarmowy: 32.62 g; suma cukrów prostych: 45.15 g; Woda: 1553.89 g; Popiół: 20.63 g;		
czwartek 2026-10-08 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab maryny 40g , Pasta jajeczna z koperkiem 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g , Brzoskwinia 150g ,	Zupa ziemniaczana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Dynia duszona, skropiona olejem 200g , Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, „ SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2029.61 kcal; Energia: 8510.92 kJ; Białko ogółem: 81.01 g; białko zwierzęce: 48.34 g; białko roślinne: 31.64 g; Tłuszcz: 77.90 g; Węglowodany ogółem: 281.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.81 g; Sód: 3182.61 mg; Potas: 5055.00 mg; Wapń: 911.65 mg; Fosfor: 1597.61 mg; Błonnik pokarmowy: 32.24 g; suma cukrów prostych: 48.95 g; Woda: 1575.79 g; Popiół: 20.89 g;		
czwartek 2026-10-08 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab maryny 40g , Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g , Brzoskwinia 150g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, słonecznikiem i olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, „ SELER, SOJA, GORCZYCA), Rzodkiewka 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2354.20 kcal; Energia: 9396.22 kJ; Białko ogółem: 94.75 g; białko zwierzęce: 47.37 g; białko roślinne: 42.19 g; Tłuszcz: 91.64 g; Węglowodany ogółem: 317.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.70 g; Sód: 2620.68 mg; Potas: 4312.03 mg; Wapń: 833.04 mg; Fosfor: 1516.46 mg; Błonnik pokarmowy: 32.57 g; suma cukrów prostych: 44.05 g; Woda: 1524.09 g; Popiół: 19.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-08		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor bez skórki 75g , Kakao 300ml (MLEKO), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Sałata 10g , Mus owocowy 120g 1szt ,	Rosółek z kaszą manną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, „SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1854.45 kcal; Energia: 7764.12 kJ; Białko ogółem: 92.11 g; białko zwierzęce: 49.75 g; białko roślinne: 32.86 g; Tłuszcz: 49.22 g; Węglowodany ogółem: 280.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.13 g; Sód: 3351.01 mg; Potas: 4267.03 mg; Wapń: 799.26 mg; Fosfor: 1364.65 mg; Błonnik pokarmowy: 24.08 g; suma cukrów prostych: 61.14 g; Woda: 1391.09 g; Popiół: 19.36 g;		
czwartek 2026-10-08		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab maryny 40g , Pasta jajeczna z koperkiem 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 100g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g , Brzoskwinia 150g ,	Zupa ziemniaczana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotle mielony drobiowy z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Dynia duszona, skropiona olejem 200g , Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Filet pieczony premium 40g (MLEKO, GLUTEN, „SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2190.61 kcal; Energia: 9184.92 kJ; Białko ogółem: 93.71 g; białko zwierzęce: 61.04 g; białko roślinne: 31.64 g; Tłuszcz: 88.90 g; Węglowodany ogółem: 284.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.35 g; Sód: 3229.61 mg; Potas: 5172.00 mg; Wapń: 1009.65 mg; Fosfor: 1737.61 mg; Błonnik pokarmowy: 32.24 g; suma cukrów prostych: 50.95 g; Woda: 1648.39 g; Popiół: 21.59 g;		
czwartek 2026-10-08		
Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą zmielowaną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z kurczaka i marchewki 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Bukiet jarzyn zmielony 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA),	Rosółek z kaszą manną zmielowaną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane zmielone 90g , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g , Dynia duszona puree, z dodatkiem oleju 200g , Kompot owocowy 300ml ,	Rosółek z kaszą manną zmielony 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z sera mozzarella 80g (MLEKO), Dynia duszona puree 50g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2100.31 kcal; Energia: 8798.49 kJ; Białko ogółem: 89.61 g; białko zwierzęce: 57.45 g; białko roślinne: 31.92 g; Tłuszcz: 81.28 g; Węglowodany ogółem: 280.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.26 g; Sód: 3022.10 mg; Potas: 4859.45 mg; Wapń: 1464.53 mg; Fosfor: 1744.25 mg; Błonnik pokarmowy: 29.86 g; suma cukrów prostych: 52.07 g; Woda: 1629.46 g; Popiół: 24.11 g;		
piątek 2026-10-09		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Papryka 100g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Sałata 10g ,	Zupa szpinakowa z zacierką 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk panierowany z pieca 90g (GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka coleslaw, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szyntka z piersi kurczaka 40g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2357.85 kcal; Energia: 9347.95 kJ; Białko ogółem: 109.71 g; białko zwierzęce: 49.33 g; białko roślinne: 35.36 g; Tłuszcz: 92.08 g; Węglowodany ogółem: 300.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.93 g; Sód: 2283.96 mg; Potas: 3963.16 mg; Wapń: 1076.27 mg; Fosfor: 1418.26 mg; Błonnik pokarmowy: 30.80 g; suma cukrów prostych: 47.36 g; Woda: 1491.96 g; Popiół: 18.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-09 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 100g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Sałata 10g ,	Zupa szpinakowa z zacierką 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 100g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Buraki gotowane, skropione olejem 200g , Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2242.23 kcal; Energia: 8847.04 kJ; Białko ogółem: 109.19 g; białko zwierzęce: 50.30 g; białko roślinne: 33.13 g; Tłuszcz: 84.39 g; Węglowodany ogółem: 293.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.49 g; Sód: 3242.05 mg; Potas: 4389.57 mg; Wapń: 1065.57 mg; Fosfor: 1506.38 mg; Błonnik pokarmowy: 33.52 g; suma cukrów prostych: 65.19 g; Woda: 1462.54 g; Popiół: 21.25 g;		
piątek 2026-10-09 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Papryka 100g , Pasta z groszku zielonego, skropiona olejem 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Sałata 10g ,	Zupa szpinakowa z zacierką 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka coleslaw, skropiona olejem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Ogórek zielony 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z piersi kurczaka 40g , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2355.41 kcal; Energia: 9357.21 kJ; Białko ogółem: 108.84 g; białko zwierzęce: 48.24 g; białko roślinne: 36.58 g; Tłuszcz: 86.78 g; Węglowodany ogółem: 304.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.98 g; Sód: 1817.31 mg; Potas: 3734.28 mg; Wapń: 1024.17 mg; Fosfor: 1245.61 mg; Błonnik pokarmowy: 24.86 g; suma cukrów prostych: 45.24 g; Woda: 1467.54 g; Popiół: 16.40 g;		
piątek 2026-10-09 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Polędwica premium 40g , Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor bez skórki 100g , Serek włoski 50g (MLEKO), Sałata 10g ,	Rosółek z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 100g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 300g , Cukinia duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z piersi kurczaka 40g , Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2224.24 kcal; Energia: 8762.21 kJ; Białko ogółem: 118.31 g; białko zwierzęce: 56.17 g; białko roślinne: 36.83 g; Tłuszcz: 55.62 g; Węglowodany ogółem: 337.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.57 g; Sód: 2640.30 mg; Potas: 5245.08 mg; Wapń: 990.61 mg; Fosfor: 1536.86 mg; Błonnik pokarmowy: 29.46 g; suma cukrów prostych: 72.87 g; Woda: 1704.31 g; Popiół: 21.08 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-09		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Polędwica premium 50g, Pasta z groszku zielonego 50g (GLUTEN, ORZECHY, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 100g, Sałata 10g,	Zupa szpinakowa z zacierką 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 100g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g, Buraki gotowane, skropione olejem 200g, Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z piersi kurczaka 50g, Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2344.94 kcal; Energia: 9236.07 kJ; Białko ogółem: 117.06 g; białko zwierzęce: 56.17 g; białko roślinne: 33.13 g; Tłuszcz: 86.76 g; Węglowodany ogółem: 305.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.63 g; Sód: 3301.05 mg; Potas: 4575.57 mg; Wapń: 1223.57 mg; Fosfor: 1619.38 mg; Błonnik pokarmowy: 33.52 g; suma cukrów prostych: 76.69 g; Woda: 1543.64 g; Popiół: 22.15 g;		
piątek 2026-10-09		
Dieta: GLIWICE DIETA PĄPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta z wędliny 70g (SELER, GORCZYCA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),	Zupa szpinakowa z zacierką zmięszana 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany zmielony 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Buraki gotowane puree, skropione olejem 200g, Kompot owocowy 300ml,	Zupa szpinakowa z zacierką zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g, Pasta twarogowa z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Buraki gotowane puree, skropione olejem 50g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2074.41 kcal; Energia: 8328.64 kJ; Białko ogółem: 104.26 g; białko zwierzęce: 54.88 g; białko roślinne: 33.57 g; Tłuszcz: 66.26 g; Węglowodany ogółem: 288.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.21 g; Sód: 3609.60 mg; Potas: 4954.33 mg; Wapń: 1054.75 mg; Fosfor: 1470.87 mg; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; suma cukrów prostych: 67.56 g; Woda: 1592.84 g; Popiół: 23.92 g;		
sobota 2026-10-10		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 100g, Kakao 300ml (MLEKO), Ogórek zielony 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka drobiowa 50g, Śliwka 150g, Sałata 10g, Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza pęczak 150g, Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem, skropiona olejem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml,	Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 50g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2311.49 kcal; Energia: 9358.62 kJ; Białko ogółem: 102.69 g; białko zwierzęce: 62.55 g; białko roślinne: 35.57 g; Tłuszcz: 77.41 g; Węglowodany ogółem: 334.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.01 g; Sód: 1945.14 mg; Potas: 4341.65 mg; Wapń: 970.13 mg; Fosfor: 1639.37 mg; Błonnik pokarmowy: 36.65 g; suma cukrów prostych: 54.71 g; Woda: 1411.34 g; Popiół: 17.56 g;		
sobota 2026-10-10		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pomidor 100g, Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Kakao 300ml (MLEKO), Szynka drobiowa 50g, Jabłko pieczone 150g, Sałata 10g, Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Surówka z selera z rodzynkami, skropiona olejem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml,	Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pomidor 100g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2436.18 kcal; Energia: 9878.77 kJ; Białko ogółem: 110.73 g; białko zwierzęce: 71.85 g; białko roślinne: 34.31 g; Tłuszcz: 80.80 g; Węglowodany ogółem: 360.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.16 g; Sód: 2100.03 mg; Potas: 4804.13 mg; Wapń: 1030.69 mg; Fosfor: 1968.82 mg; Błonnik pokarmowy: 46.63 g; suma cukrów prostych: 58.87 g; Woda: 1476.06 g; Popiół: 18.96 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-10 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Ogórek zielony 100g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Śliwka 150g , Sałata 10g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza pęczak 150g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem, skropiona olejem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml ,	Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 50g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2240.49 kcal; Energia: 9058.30 kJ; Białko ogółem: 99.24 g; białko zwierzęce: 60.90 g; białko roślinne: 33.77 g; Tłuszcz: 76.16 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.52 g; Sód: 1202.64 mg; Potas: 3977.15 mg; Wapń: 880.13 mg; Fosfor: 1385.87 mg; Błonnik pokarmowy: 27.95 g; suma cukrów prostych: 50.81 g; Woda: 1361.84 g; Popiół: 14.41 g;		
sobota 2026-10-10 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skórki 100g , Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Kakao 300ml (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt , Sałata 10g , Szynka drobiowa 50g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA),	Rosół z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane 100g , Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pomidor bez skórki 100g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1909.72 kcal; Energia: 7999.86 kJ; Białko ogółem: 107.04 g; białko zwierzęce: 76.17 g; białko roślinne: 30.87 g; Tłuszcz: 49.07 g; Węglowodany ogółem: 281.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.44 g; Sód: 2896.43 mg; Potas: 4343.81 mg; Wapń: 823.73 mg; Fosfor: 1546.06 mg; Błonnik pokarmowy: 25.36 g; suma cukrów prostych: 67.96 g; Woda: 1483.47 g; Popiół: 18.97 g;		
sobota 2026-10-10 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Pomidor 100g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Jabłko pieczone 150g , Sałata 10g , Serek wiejski 70g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Surówka z selera z rodzynkami, skropiona olejem 200g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Budyn waniliowy bez cukru 250g (MLEKO),	Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2704.89 kcal; Energia: 11007.07 kJ; Białko ogółem: 122.97 g; białko zwierzęce: 83.99 g; białko roślinne: 34.41 g; Tłuszcz: 86.45 g; Węglowodany ogółem: 402.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.46 g; Sód: 2349.53 mg; Potas: 5182.23 mg; Wapń: 1326.27 mg; Fosfor: 2225.88 mg; Błonnik pokarmowy: 46.70 g; suma cukrów prostych: 84.86 g; Woda: 1704.89 g; Popiół: 21.06 g;		
sobota 2026-10-10 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmielowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta mięsna z warzywami 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Buraki gotowane puree, skropione olejem 50g , Pasta z serka wiejskiego 70g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zmielowana 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka duszona zmielona 70g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane puree 200g (MLEKO), Brokuły parowane puree, z dodatkiem oleju 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Brokuły parowane puree 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1858.86 kcal; Energia: 7796.54 kJ; Białko ogółem: 89.42 g; białko zwierzęce: 53.60 g; białko roślinne: 33.10 g; Tłuszcz: 55.38 g; Węglowodany ogółem: 275.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.10 g; Sód: 2500.59 mg; Potas: 5426.85 mg; Wapń: 1117.03 mg; Fosfor: 1629.18 mg; Błonnik pokarmowy: 27.60 g; suma cukrów prostych: 67.03 g; Woda: 1662.26 g; Popiół: 21.80 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

Dietetyk

.....