

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-11 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z komina 40g, Jajko gotowane 1szt (JAJA), Rzodkiewka 80g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Buraki gotowane 120g, Kasza gryczana gotowana 150g, Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 80g, Herbata z cytryną 300ml, Sałata 10g, Serek włoski 55g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2223.30 kcal; Energia: 9318.81 kJ; Białko ogółem: 111.53 g; białko zwierzęce: 68.80 g; białko roślinne: 42.28 g; Tłuszcz: 69.99 g; Węglowodany ogółem: 314.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.78 g; Sód: 3190.68 mg; Potas: 3891.74 mg; Wapń: 912.30 mg; Fosfor: 2241.90 mg; Błonnik pokarmowy: 29.90 g; suma cukrów prostych: 52.23 g; Woda: 1124.82 g; Popiół: 20.43 g;		
czwartek 2026-06-11 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z komina 40g, Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 80g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Buraki gotowane 120g, Kompot owocowy 300ml, Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 80g, Herbata z cytryną 300ml, Sałata 10g, Serek włoski 55g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2213.55 kcal; Energia: 9275.31 kJ; Białko ogółem: 103.22 g; białko zwierzęce: 68.80 g; białko roślinne: 33.97 g; Tłuszcz: 68.77 g; Węglowodany ogółem: 323.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.51 g; Sód: 3184.76 mg; Potas: 3845.78 mg; Wapń: 888.79 mg; Fosfor: 1862.36 mg; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; suma cukrów prostych: 51.93 g; Woda: 1133.11 g; Popiół: 18.76 g;		
czwartek 2026-06-11 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 50g, Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z komina 40g, Jajko gotowane 1szt (JAJA), Rzodkiewka 80g, Kakao 300ml (MLEKO),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Surówka z marchewki i selera 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza gryczana gotowana 150g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml,	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 80g, Herbata z cytryną 300ml, Sałata 10g, Serek włoski 55g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2387.61 kcal; Energia: 8115.10 kJ; Białko ogółem: 116.14 g; białko zwierzęce: 67.15 g; białko roślinne: 36.84 g; Tłuszcz: 70.39 g; Węglowodany ogółem: 346.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.65 g; Sód: 2237.90 mg; Potas: 3641.49 mg; Wapń: 832.97 mg; Fosfor: 2148.00 mg; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; suma cukrów prostych: 42.16 g; Woda: 1077.02 g; Popiół: 16.83 g;		
czwartek 2026-06-11 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Szynka drobiowa gotowana 40g, Pomidor 80g, Kakao 300ml (MLEKO), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g,	Rosółek z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Dynia duszona 120g, Kompot owocowy 300ml,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 80g, Herbata z cytryną 300ml, Sałata 10g, Serek włoski 55g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1715.39 kcal; Energia: 7185.92 kJ; Białko ogółem: 90.81 g; białko zwierzęce: 60.79 g; białko roślinne: 30.02 g; Tłuszcz: 45.43 g; Węglowodany ogółem: 254.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.15 g; Sód: 2966.14 mg; Potas: 3966.59 mg; Wapń: 835.37 mg; Fosfor: 1464.31 mg; Błonnik pokarmowy: 21.97 g; suma cukrów prostych: 42.51 g; Woda: 1208.10 g; Popiół: 18.04 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-11 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z komina 50g, Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 80g, Kakao 300ml (MLEKO),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Buraki gotowane 120g, Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 80g, Herbata z cytryną 300ml, Sałata 10g, Serek włoski 55g (MLEKO), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2383.15 kcal; Energia: 9985.56 kJ; Białko ogółem: 117.89 g; białko zwierzęce: 83.46 g; białko roślinne: 33.98 g; Tłuszcz: 79.88 g; Węglowodany ogółem: 326.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.07 g; Sód: 3302.06 mg; Potas: 3992.68 mg; Wapń: 986.29 mg; Fosfor: 2023.91 mg; Błonnik pokarmowy: 30.54 g; suma cukrów prostych: 53.93 g; Woda: 1208.58 g; Popiół: 19.66 g;		
czwartek 2026-06-11 Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 80g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kakao 300ml (MLEKO),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane zmielone 90g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g, Buraki gotowane puree 120g, Kompot owocowy 300ml,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z serka włoskiego 80g (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2055.63 kcal; Energia: 8605.49 kJ; Białko ogółem: 93.51 g; białko zwierzęce: 66.77 g; białko roślinne: 26.74 g; Tłuszcz: 69.45 g; Węglowodany ogółem: 285.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.76 g; Sód: 2801.73 mg; Potas: 4975.57 mg; Wapń: 1098.56 mg; Fosfor: 1731.03 mg; Błonnik pokarmowy: 24.49 g; suma cukrów prostych: 91.56 g; Woda: 1623.96 g; Popiół: 22.14 g;		
piątek 2026-06-12 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Polędwica premium 40g, Brzoskwinia 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Papryka 80g, Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Łosoś z pieca 90g, Ziemniaki gotowane 250g, Surówka colesław 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek kiszony 80g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2302.60 kcal; Energia: 8387.85 kJ; Białko ogółem: 99.80 g; białko zwierzęce: 51.63 g; białko roślinne: 26.42 g; Tłuszcz: 81.21 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.68 g; Sód: 3094.61 mg; Potas: 4327.12 mg; Wapń: 1172.32 mg; Fosfor: 1406.27 mg; Błonnik pokarmowy: 31.82 g; suma cukrów prostych: 58.46 g; Woda: 1660.40 g; Popiół: 21.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-12 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 80g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1922.87 kcal; Energia: 8063.56 kJ; Białko ogółem: 103.39 g; białko zwierzęce: 74.42 g; białko roślinne: 28.52 g; Tłuszcz: 54.89 g; Węglowodany ogółem: 279.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.76 g; Sód: 2854.83 mg; Potas: 4591.00 mg; Wapń: 1092.21 mg; Fosfor: 1690.67 mg; Błonnik pokarmowy: 28.21 g; suma cukrów prostych: 60.41 g; Woda: 1612.29 g; Popiół: 21.03 g;		
piątek 2026-06-12 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 40g , Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Papryka 80g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka colesław 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Smalec z fasoli z jabłkiem i cebulką 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek kiszony 80g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2146.03 kcal; Energia: 6469.44 kJ; Białko ogółem: 96.57 g; białko zwierzęce: 62.36 g; białko roślinne: 18.16 g; Tłuszcz: 72.04 g; Węglowodany ogółem: 296.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.96 g; Sód: 2366.57 mg; Potas: 4277.60 mg; Wapń: 1015.85 mg; Fosfor: 1278.99 mg; Błonnik pokarmowy: 24.45 g; suma cukrów prostych: 53.31 g; Woda: 1590.15 g; Popiół: 19.25 g;		
piątek 2026-06-12 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Polędwica premium 40g , Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 80g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Rosółek z kaszą manną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 300g , Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1852.47 kcal; Energia: 7758.34 kJ; Białko ogółem: 97.46 g; białko zwierzęce: 67.07 g; białko roślinne: 30.38 g; Tłuszcz: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 302.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.38 g; Sód: 2609.43 mg; Potas: 5076.28 mg; Wapń: 964.95 mg; Fosfor: 1465.68 mg; Błonnik pokarmowy: 22.71 g; suma cukrów prostych: 72.97 g; Woda: 1645.92 g; Popiół: 20.63 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-12		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica premium 50g , Twarożek 110g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 80g , Salata 10g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczerek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek wiejski 110g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2191.21 kcal; Energia: 9189.49 kJ; Białko ogółem: 130.28 g; białko zwierzęce: 100.68 g; białko roślinne: 29.14 g; Tłuszcz: 64.00 g; Węglowodany ogółem: 300.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.85 g; Sód: 3251.41 mg; Potas: 4969.69 mg; Wapń: 1366.39 mg; Fosfor: 2058.40 mg; Błonnik pokarmowy: 29.32 g; suma cukrów prostych: 75.89 g; Woda: 1813.34 g; Popiół: 23.46 g;		
piątek 2026-06-12		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą manną zmięszana 250ml (MLEKO, GLUTEN), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany zmielony 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Cukinia duszona puree 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem zmięszana 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 , Mus owocowy 120g 1szt , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2012.87 kcal; Energia: 8425.09 kJ; Białko ogółem: 99.48 g; białko zwierzęce: 72.22 g; białko roślinne: 27.26 g; Tłuszcz: 61.02 g; Węglowodany ogółem: 282.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.18 g; Sód: 2075.62 mg; Potas: 4613.71 mg; Wapń: 1182.77 mg; Fosfor: 1662.01 mg; Błonnik pokarmowy: 19.78 g; suma cukrów prostych: 84.31 g; Woda: 1656.75 g; Popiół: 20.39 g;		
sobota 2026-06-13		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Kakao 300ml (MLEKO), Ogórek zielony 80g , Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Twarożek z ziołami 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morele 150g , Salata 10g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA),	Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera z rodzynkami 100g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2188.14 kcal; Energia: 8540.93 kJ; Białko ogółem: 105.11 g; białko zwierzęce: 72.44 g; białko roślinne: 28.00 g; Tłuszcz: 75.63 g; Węglowodany ogółem: 298.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.44 g; Sód: 2557.61 mg; Potas: 4732.07 mg; Wapń: 961.36 mg; Fosfor: 1736.18 mg; Błonnik pokarmowy: 29.55 g; suma cukrów prostych: 52.79 g; Woda: 1416.80 g; Popiół: 19.72 g;		
sobota 2026-06-13		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pomidor 80g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Twarożek z ziołami 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morele 150g , Salata 10g ,	Zupa koperkowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera z rodzynkami 100g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2493.60 kcal; Energia: 10448.66 kJ; Białko ogółem: 112.37 g; białko zwierzęce: 73.95 g; białko roślinne: 37.65 g; Tłuszcz: 81.70 g; Węglowodany ogółem: 359.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.37 g; Sód: 3201.00 mg; Potas: 5030.59 mg; Wapń: 1014.53 mg; Fosfor: 1876.36 mg; Błonnik pokarmowy: 34.53 g; suma cukrów prostych: 62.51 g; Woda: 1417.53 g; Popiół: 22.06 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-13 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Ogórek zielony 80g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Kakao 300ml (MLEKO) , Twarożek z ziołami 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA) , Morele 150g , Sałata 10g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA) , Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO) , Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM) , Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera z rodzynkami 100g (MLEKO, SELER) , Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA) , Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN) ,
Wartości odżywcze: Energia: 2267.64 kcal; Energia: 6982.43 kJ; Białko ogółem: 105.56 g; białko zwierzęce: 70.79 g; białko roślinne: 18.40 g; Tłuszcz: 75.03 g; Węglowodany ogółem: 308.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.95 g; Sód: 1816.61 mg; Potas: 4367.57 mg; Wapń: 871.36 mg; Fosfor: 1482.68 mg; Błonnik pokarmowy: 20.85 g; suma cukrów prostych: 48.89 g; Woda: 1367.30 g; Popiół: 16.57 g;		
sobota 2026-06-13 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor 80g , Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM) , Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM) , Kakao 300ml (MLEKO) , Serek włoski 50g (MLEKO) , Mus owocowy 120g 1szt , Sałata 10g , Szyńka drobiowa 50g ,	Rosół z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA) , Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO) , Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM) , Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA) , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM) , Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 40g , Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 110g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM) , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN) ,
Wartości odżywcze: Energia: 2280.66 kcal; Energia: 9554.47 kJ; Białko ogółem: 112.10 g; białko zwierzęce: 76.69 g; białko roślinne: 35.41 g; Tłuszcz: 65.97 g; Węglowodany ogółem: 329.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.86 g; Sód: 2654.87 mg; Potas: 3939.38 mg; Wapń: 817.15 mg; Fosfor: 1459.38 mg; Błonnik pokarmowy: 24.38 g; suma cukrów prostych: 71.99 g; Woda: 1338.38 g; Popiół: 18.22 g;		
sobota 2026-06-13 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Pomidor 80g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA) , Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Twarożek z ziołami 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA) , Kakao 300ml (MLEKO) , Morele 150g , Sałata 10g ,	Zupa koperkowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA) , Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO) , Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM) , Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z selera z rodzynkami 100g (MLEKO, SELER) , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Budyń waniliowy 250g (MLEKO) ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA) , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 110g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA) , Polędwica premium 50g , Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN) ,
Wartości odżywcze: Energia: 2598.09 kcal; Energia: 10889.65 kJ; Białko ogółem: 125.85 g; białko zwierzęce: 94.93 g; białko roślinne: 30.14 g; Tłuszcz: 89.44 g; Węglowodany ogółem: 352.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.77 g; Sód: 2991.19 mg; Potas: 5420.55 mg; Wapń: 1263.71 mg; Fosfor: 2147.76 mg; Błonnik pokarmowy: 32.80 g; suma cukrów prostych: 93.78 g; Woda: 1631.87 g; Popiół: 23.00 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-13		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą wzmocniona zmiksowana 250ml (MLEKO, GLUTEN), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta mięsna z warzywami 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA),	Zupa koperkowa z ryżem zmiksowana 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 200g (MLEKO), Brokuły parowane puree 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa koperkowa z ryżem zmiksowana 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta rybna z łososia z koperkiem 80g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mus owocowy 120g 1szt , Herbata z cytryną 300ml , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2333.24 kcal; Energia: 9774.35 kJ; Białko ogółem: 106.42 g; białko zwierzęce: 70.77 g; białko roślinne: 35.65 g; Tłuszcz: 66.83 g; Węglowodany ogółem: 350.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.31 g; Sód: 2589.57 mg; Potas: 4949.64 mg; Wapń: 1177.21 mg; Fosfor: 1934.27 mg; Błonnik pokarmowy: 27.81 g; suma cukrów prostych: 84.73 g; Woda: 1537.61 g; Popiół: 21.73 g;		
niedziela 2026-06-14		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Pomidor 80g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Jogurt owocowy 100g 1szt , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Kapusta czerwona gotowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 80g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2152.48 kcal; Energia: 7752.01 kJ; Białko ogółem: 104.39 g; białko zwierzęce: 71.67 g; białko roślinne: 24.48 g; Tłuszcz: 75.74 g; Węglowodany ogółem: 285.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.46 g; Sód: 2263.99 mg; Potas: 4527.56 mg; Wapń: 801.89 mg; Fosfor: 1571.58 mg; Błonnik pokarmowy: 25.18 g; suma cukrów prostych: 39.44 g; Woda: 1455.29 g; Popiół: 18.39 g;		
niedziela 2026-06-14		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pomidor 80g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Jogurt owocowy 100g 1szt , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Dynia duszona 120g , Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2107.50 kcal; Energia: 8827.91 kJ; Białko ogółem: 102.77 g; białko zwierzęce: 72.71 g; białko roślinne: 29.61 g; Tłuszcz: 78.83 g; Węglowodany ogółem: 275.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.91 g; Sód: 2748.79 mg; Potas: 4859.87 mg; Wapń: 871.20 mg; Fosfor: 1755.15 mg; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; suma cukrów prostych: 43.72 g; Woda: 1502.78 g; Popiół: 20.33 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-14		
Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pomidor 80g , Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Kapusta czerwona gotowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 80g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2262.48 kcal; Energia: 6950.01 kJ; Białko ogółem: 109.19 g; białko zwierzęce: 74.57 g; białko roślinne: 18.58 g; Tłuszcz: 77.34 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.31 g; Sód: 2000.99 mg; Potas: 4640.56 mg; Wapń: 897.89 mg; Fosfor: 1525.58 mg; Błonnik pokarmowy: 19.48 g; suma cukrów prostych: 40.54 g; Woda: 1508.89 g; Popiół: 17.99 g;		
niedziela 2026-06-14		
Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor 80g , Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt owocowy 100g 1szt , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k gotowane 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Dynia duszona 120g , Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1922.28 kcal; Energia: 8041.65 kJ; Białko ogółem: 100.54 g; białko zwierzęce: 66.94 g; białko roślinne: 33.60 g; Tłuszcz: 56.85 g; Węglowodany ogółem: 273.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.64 g; Sód: 2569.39 mg; Potas: 4591.67 mg; Wapń: 793.95 mg; Fosfor: 1519.98 mg; Błonnik pokarmowy: 24.40 g; suma cukrów prostych: 40.52 g; Woda: 1457.88 g; Popiół: 19.26 g;		
niedziela 2026-06-14		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Pomidor 80g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g , Dynia duszona 120g , Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Hummus 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Masło śmietankowe 60% 15g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Pasta twarogowa z koperkiem 110g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2539.13 kcal; Energia: 10636.75 kJ; Białko ogółem: 122.26 g; białko zwierzęce: 84.27 g; białko roślinne: 32.81 g; Tłuszcz: 101.79 g; Węglowodany ogółem: 314.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.97 g; Sód: 3255.65 mg; Potas: 5034.75 mg; Wapń: 977.03 mg; Fosfor: 1966.27 mg; Błonnik pokarmowy: 33.88 g; suma cukrów prostych: 46.70 g; Woda: 1553.51 g; Popiół: 22.53 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-14 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z wędliny 50g , Jogurt pitny owocowy 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN),	Rosół z makaronem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k gotowane zmielone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g , Dynia duszona puree 120g , Kompot owocowy 300ml ,	Rosół z makaronem zmiksowany 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Mus owocowy 120g 1szt , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2096.41 kcal; Energia: 8777.71 kJ; Białko ogółem: 91.63 g; białko zwierzęce: 61.93 g; białko roślinne: 29.70 g; Tłuszcz: 72.22 g; Węglowodany ogółem: 291.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.54 g; Sód: 1869.36 mg; Potas: 4232.48 mg; Wapń: 1028.02 mg; Fosfor: 1524.61 mg; Błonnik pokarmowy: 23.87 g; suma cukrów prostych: 72.65 g; Woda: 1476.72 g; Popiół: 18.25 g;		
poniedziałek 2026-06-15 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Papryka 80g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml , Mix салат z sosem vinaigrette 50g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Ogórek zielony 80g , Herbata z cytryną 300ml , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 1860.40 kcal; Energia: 7172.27 kJ; Białko ogółem: 87.40 g; białko zwierzęce: 50.18 g; białko roślinne: 25.26 g; Tłuszcz: 61.25 g; Węglowodany ogółem: 259.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.99 g; Sód: 2706.80 mg; Potas: 4303.30 mg; Wapń: 714.00 mg; Fosfor: 1355.83 mg; Błonnik pokarmowy: 22.78 g; suma cukrów prostych: 33.67 g; Woda: 1283.07 g; Popiół: 17.40 g;		
poniedziałek 2026-06-15 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor 80g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml , Mix салат z sosem vinaigrette 50g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2010.01 kcal; Energia: 8425.19 kJ; Białko ogółem: 92.78 g; białko zwierzęce: 51.53 g; białko roślinne: 31.30 g; Tłuszcz: 66.14 g; Węglowodany ogółem: 283.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.02 g; Sód: 2488.45 mg; Potas: 4505.62 mg; Wapń: 745.04 mg; Fosfor: 1427.34 mg; Błonnik pokarmowy: 25.87 g; suma cukrów prostych: 42.02 g; Woda: 1248.12 g; Popiół: 17.98 g;		
poniedziałek 2026-06-15 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Papryka 80g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy 300ml , Mix салат z sosem vinaigrette 50g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 40g , Ogórek zielony 80g , Herbata z cytryną 300ml , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2003.40 kcal; Energia: 6511.27 kJ; Białko ogółem: 91.70 g; białko zwierzęce: 49.08 g; białko roślinne: 22.86 g; Tłuszcz: 60.55 g; Węglowodany ogółem: 289.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.56 g; Sód: 2029.80 mg; Potas: 3912.30 mg; Wapń: 654.00 mg; Fosfor: 1281.83 mg; Błonnik pokarmowy: 21.63 g; suma cukrów prostych: 32.47 g; Woda: 1158.47 g; Popiół: 15.00 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-15 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Banan 150g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g ,	Rosółek z kaszą jaglaną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z piersi kurczaka 50g , Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2090.42 kcal; Energia: 8753.07 kJ; Białko ogółem: 93.54 g; białko zwierzęce: 47.51 g; białko roślinne: 36.53 g; Tłuszcz: 55.42 g; Węglowodany ogółem: 323.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.94 g; Sód: 2464.93 mg; Potas: 4797.28 mg; Wapń: 708.10 mg; Fosfor: 1418.13 mg; Błonnik pokarmowy: 23.47 g; suma cukrów prostych: 64.26 g; Woda: 1367.73 g; Popiół: 18.60 g;		
poniedziałek 2026-06-15 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka dębowa drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor 80g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 250g , Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Kompot owocowy 300ml , Mix sałat z sosem vinegrette 50g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło 10g/szt 1Por , Szynka drobiowa 50g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Polędwica sopocka 50g , Serek kanapkowy 110g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt pitny naturalny 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2367.53 kcal; Energia: 9925.14 kJ; Białko ogółem: 116.52 g; białko zwierzęce: 72.81 g; białko roślinne: 33.70 g; Tłuszcz: 83.31 g; Węglowodany ogółem: 311.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.95 g; Sód: 2710.16 mg; Potas: 4485.89 mg; Wapń: 826.99 mg; Fosfor: 1606.37 mg; Błonnik pokarmowy: 27.67 g; suma cukrów prostych: 44.42 g; Woda: 1213.38 g; Popiół: 18.70 g;		
poniedziałek 2026-06-15 Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z sera mozzarella 50g (MLEKO), Kakao 300ml (MLEKO),	Zupa botwinka z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g , Cukinia duszona puree 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa botwinka z ziemniakami 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 , Mus owocowy 120g 1szt , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2096.28 kcal; Energia: 8774.44 kJ; Białko ogółem: 83.36 g; białko zwierzęce: 50.91 g; białko roślinne: 32.45 g; Tłuszcz: 68.78 g; Węglowodany ogółem: 309.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.83 g; Sód: 2630.09 mg; Potas: 5752.51 mg; Wapń: 1161.03 mg; Fosfor: 1721.69 mg; Błonnik pokarmowy: 26.31 g; suma cukrów prostych: 72.32 g; Woda: 1750.44 g; Popiół: 23.57 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-16 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z piersi kurczaka 40g, Pomidor 80g, Arbuz 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek włoski 50g (MLEKO), Salata 10g,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz wieprzowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza pęczak 150g, Surówka z młodej kapusty 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta jajeczna 60g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 80g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2501.98 kcal; Energia: 10388.48 kJ; Białko ogółem: 125.23 g; białko zwierzęce: 88.41 g; białko roślinne: 35.21 g; Tłuszcz: 100.63 g; Węglowodany ogółem: 303.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.87 g; Sód: 3020.90 mg; Potas: 3826.89 mg; Wapń: 1037.99 mg; Fosfor: 2033.33 mg; Błonnik pokarmowy: 31.29 g; suma cukrów prostych: 53.64 g; Woda: 1389.21 g; Popiół: 19.57 g;		
wtorek 2026-06-16 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z piersi kurczaka 40g, Pomidor 80g, Arbuz 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek włoski 50g (MLEKO), Salata 10g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz wieprzowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Dynia duszona 120g, Kompot owocowy 300ml,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta jajeczna 60g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 80g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2667.58 kcal; Energia: 11178.15 kJ; Białko ogółem: 122.67 g; białko zwierzęce: 88.41 g; białko roślinne: 33.81 g; Tłuszcz: 103.77 g; Węglowodany ogółem: 343.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.27 g; Sód: 2946.97 mg; Potas: 4209.86 mg; Wapń: 1105.64 mg; Fosfor: 2172.14 mg; Błonnik pokarmowy: 34.10 g; suma cukrów prostych: 55.82 g; Woda: 1521.21 g; Popiół: 20.32 g;		
wtorek 2026-06-16 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Szynka z piersi kurczaka 40g, Pomidor 80g, Arbuz 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek włoski 50g (MLEKO), Salata 10g,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz wieprzowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza pęczak 150g, Surówka z młodej kapusty 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml,	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta jajeczna 60g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 80g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2487.80 kcal; Energia: 7805.31 kJ; Białko ogółem: 119.99 g; białko zwierzęce: 82.92 g; białko roślinne: 19.86 g; Tłuszcz: 95.91 g; Węglowodany ogółem: 298.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.53 g; Sód: 1716.87 mg; Potas: 3143.46 mg; Wapń: 807.03 mg; Fosfor: 1531.20 mg; Błonnik pokarmowy: 18.21 g; suma cukrów prostych: 45.69 g; Woda: 1211.44 g; Popiół: 13.71 g;		
wtorek 2026-06-16 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka z piersi kurczaka 40g, Pomidor 80g, Mus owocowy 120g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek włoski 50g (MLEKO), Salata 10g,	Rosół z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Dynia duszona 120g, Kompot owocowy 300ml,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 80g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2064.36 kcal; Energia: 8637.93 kJ; Białko ogółem: 107.98 g; białko zwierzęce: 75.64 g; białko roślinne: 32.34 g; Tłuszcz: 58.03 g; Węglowodany ogółem: 297.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.82 g; Sód: 3430.66 mg; Potas: 4180.08 mg; Wapń: 1001.32 mg; Fosfor: 1760.23 mg; Błonnik pokarmowy: 23.30 g; suma cukrów prostych: 71.39 g; Woda: 1512.68 g; Popiół: 21.20 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-16		
Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z piersi kurczaka 50g , Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 80g , Arbuz 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Salata 10g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz wieprzowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Dynia duszona 120g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pasta jajeczna 110g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2961.58 kcal; Energia: 12406.63 kJ; Białko ogółem: 143.82 g; białko zwierzęce: 103.07 g; białko roślinne: 40.30 g; Tłuszcz: 116.15 g; Węglowodany ogółem: 370.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.73 g; Sód: 3203.74 mg; Potas: 4633.65 mg; Wapń: 1315.10 mg; Fosfor: 2521.29 mg; Błonnik pokarmowy: 36.62 g; suma cukrów prostych: 67.65 g; Woda: 1647.53 g; Popiół: 22.69 g;		
wtorek 2026-06-16		
Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Pasta z wędliny 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Zupa jarzynowa z soczewicą i 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 120g , Kompot owocowy 300ml ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 80g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Mus owocowy 120g 1szt , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 1 szt. 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2327.10 kcal; Energia: 9746.70 kJ; Białko ogółem: 107.67 g; białko zwierzęce: 64.40 g; białko roślinne: 43.27 g; Tłuszcz: 72.23 g; Węglowodany ogółem: 336.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.35 g; Sód: 2886.48 mg; Potas: 5389.16 mg; Wapń: 1144.62 mg; Fosfor: 1930.72 mg; Błonnik pokarmowy: 28.61 g; suma cukrów prostych: 84.00 g; Woda: 1650.31 g; Popiół: 23.08 g;		
środa 2026-06-17		
Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g , Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 200g , Jogurt pitny naturalny 1szt , Chleb razowy 50g , Salata 10g ,	Zupa minestrone z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa parowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Ogórek kiszony 80g , Salata 10g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella light (kulka) 40g , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2235.98 kcal; Energia: 8105.05 kJ; Białko ogółem: 108.16 g; białko zwierzęce: 69.03 g; białko roślinne: 30.88 g; Tłuszcz: 58.93 g; Węglowodany ogółem: 339.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.24 g; Sód: 3021.88 mg; Potas: 3953.95 mg; Wapń: 1122.60 mg; Fosfor: 1626.97 mg; Błonnik pokarmowy: 26.35 g; suma cukrów prostych: 60.31 g; Woda: 1313.55 g; Popiół: 20.84 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-17 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 200g, Jogurt pitny naturalny 1szt, Salata 10g,	Zupa minestrone z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka szparagowa parowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 80g, Salata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2017.08 kcal; Energia: 8450.11 kJ; Białko ogółem: 99.27 g; białko zwierzęce: 64.77 g; białko roślinne: 34.05 g; Tłuszcz: 54.91 g; Węglowodany ogółem: 308.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.21 g; Sód: 2376.11 mg; Potas: 4262.19 mg; Wapń: 872.08 mg; Fosfor: 1571.39 mg; Błonnik pokarmowy: 29.87 g; suma cukrów prostych: 62.65 g; Woda: 1353.28 g; Popiół: 19.39 g;		
środa 2026-06-17 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy 50g, Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek 110g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 80g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 150g, Jogurt pitny naturalny 1szt, Salata 10g,	Zupa minestrone z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka szparagowa parowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Ogórek kiszony 80g, Salata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Ser mozzarella light (kulka) 40g, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2060.72 kcal; Energia: 6740.32 kJ; Białko ogółem: 110.44 g; białko zwierzęce: 72.38 g; białko roślinne: 25.91 g; Tłuszcz: 55.48 g; Węglowodany ogółem: 299.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.66 g; Sód: 3017.65 mg; Potas: 3952.74 mg; Wapń: 1081.93 mg; Fosfor: 1625.52 mg; Błonnik pokarmowy: 25.21 g; suma cukrów prostych: 43.06 g; Woda: 1328.96 g; Popiół: 19.68 g;		
środa 2026-06-17 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Banan 150g, Jogurt pitny naturalny 1szt, Salata 10g,	Rosół z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka gotowana 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g, Marchew duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pierś delikatna z kurnej półki 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 80g, Salata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2099.16 kcal; Energia: 8786.89 kJ; Białko ogółem: 102.46 g; białko zwierzęce: 67.22 g; białko roślinne: 35.24 g; Tłuszcz: 47.53 g; Węglowodany ogółem: 335.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.18 g; Sód: 2411.47 mg; Potas: 4538.42 mg; Wapń: 774.13 mg; Fosfor: 1492.58 mg; Błonnik pokarmowy: 25.03 g; suma cukrów prostych: 74.95 g; Woda: 1377.72 g; Popiół: 19.22 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-17 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 15g, Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 200g, Jogurt pitny naturalny 1szt, Sałata 10g,	Zupa minestrone z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka szparagowa parowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pierś delikatna z kurnej półki 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 80g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2246.40 kcal; Energia: 9400.91 kJ; Białko ogółem: 126.93 g; białko zwierzęce: 91.82 g; białko roślinne: 34.65 g; Tłuszcz: 66.79 g; Węglowodany ogółem: 311.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.95 g; Sód: 2960.76 mg; Potas: 4647.46 mg; Wapń: 975.29 mg; Fosfor: 1876.98 mg; Błonnik pokarmowy: 29.87 g; suma cukrów prostych: 64.67 g; Woda: 1481.05 g; Popiół: 21.98 g;		
środa 2026-06-17 Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt pitny naturalny 1szt,	Zupa minestrone z makaronem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g, Ziemniaki gotowane 250g (MLEKO), Marchewka gotowana puree 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Zupa minestrone z makaronem zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z sera żółtego 50g (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt, Herbata z cytryną 300ml, Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2094.40 kcal; Energia: 8772.10 kJ; Białko ogółem: 97.71 g; białko zwierzęce: 67.44 g; białko roślinne: 30.27 g; Tłuszcz: 63.31 g; Węglowodany ogółem: 304.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.14 g; Sód: 2699.40 mg; Potas: 4555.62 mg; Wapń: 1414.97 mg; Fosfor: 1728.04 mg; Błonnik pokarmowy: 23.59 g; suma cukrów prostych: 81.00 g; Woda: 1482.61 g; Popiół: 21.08 g;		
czwartek 2026-06-18 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Schab ze spiżarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt, Pomidor 80g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mizeria ogórka zielonego starta na drobnych oczkach z jogurtem naturalnym 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 80g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1953.34 kcal; Energia: 8187.55 kJ; Białko ogółem: 99.62 g; białko zwierzęce: 73.15 g; białko roślinne: 26.02 g; Tłuszcz: 73.42 g; Węglowodany ogółem: 247.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.36 g; Sód: 3205.07 mg; Potas: 4135.35 mg; Wapń: 807.40 mg; Fosfor: 1686.65 mg; Błonnik pokarmowy: 25.09 g; suma cukrów prostych: 33.22 g; Woda: 1276.98 g; Popiół: 19.22 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-18 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Schab ze szpizarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt, Pomidor 80g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 80g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1994.17 kcal; Energia: 8353.75 kJ; Białko ogółem: 99.70 g; białko zwierzęce: 72.58 g; białko roślinne: 26.67 g; Tłuszcz: 78.56 g; Węglowodany ogółem: 247.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.55 g; Sód: 2922.95 mg; Potas: 4368.21 mg; Wapń: 776.15 mg; Fosfor: 1675.33 mg; Błonnik pokarmowy: 26.19 g; suma cukrów prostych: 33.05 g; Woda: 1242.07 g; Popiół: 18.32 g;		
czwartek 2026-06-18 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Schab ze szpizarni 40g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 80g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mizeria ogórka zielonego starta na drobnych oczkach z jogurtem naturalnym 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 250g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Chleb razowy 100g, Masło śmietankowe 60% 15g, Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 80g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2141.34 kcal; Energia: 6453.55 kJ; Białko ogółem: 104.22 g; białko zwierzęce: 74.95 g; białko roślinne: 13.22 g; Tłuszcz: 74.52 g; Węglowodany ogółem: 272.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.84 g; Sód: 2276.07 mg; Potas: 3835.35 mg; Wapń: 845.40 mg; Fosfor: 1461.65 mg; Błonnik pokarmowy: 13.49 g; suma cukrów prostych: 39.52 g; Woda: 1292.08 g; Popiół: 15.92 g;		
czwartek 2026-06-18 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Szynka drobiowa gotowana 40g, Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Mus owocowy 120g 1szt, Kakao 300ml (MLEKO), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g,	Rosółek z kaszą manną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g, Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Pasta z białek jaja z twarogiem i koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor bez skórki 80g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2017.53 kcal; Energia: 8449.81 kJ; Białko ogółem: 103.37 g; białko zwierzęce: 73.30 g; białko roślinne: 30.06 g; Tłuszcz: 63.05 g; Węglowodany ogółem: 274.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.37 g; Sód: 2942.26 mg; Potas: 3838.45 mg; Wapń: 843.60 mg; Fosfor: 1522.86 mg; Błonnik pokarmowy: 18.97 g; suma cukrów prostych: 64.75 g; Woda: 1272.64 g; Popiół: 17.89 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-18 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIĄŁKOWA		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab ze spizarni 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt , Pomidor 80g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka dębowa drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2105.30 kcal; Energia: 8820.71 kJ; Białko ogółem: 110.03 g; białko zwierzęce: 82.91 g; białko roślinne: 26.67 g; Tłuszcz: 81.99 g; Węglowodany ogółem: 257.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.13 g; Sód: 3180.96 mg; Potas: 4716.78 mg; Wapń: 997.29 mg; Fosfor: 1864.87 mg; Błonnik pokarmowy: 26.19 g; suma cukrów prostych: 42.45 g; Woda: 1423.47 g; Popiół: 19.87 g;		
czwartek 2026-06-18 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi zmiksowana 250ml (MLEKO), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta mięsna z warzywami 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso drobiowe gotowane zmielone 90g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki puree 250g , Cukinia duszona puree 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną zmiksowana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Twarożek 80g (MLEKO, LAKTOZA), Mus owocowy 120g 1szt , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2299.00 kcal; Energia: 9626.80 kJ; Białko ogółem: 101.00 g; białko zwierzęce: 71.78 g; białko roślinne: 29.23 g; Tłuszcz: 80.18 g; Węglowodany ogółem: 316.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.23 g; Sód: 2311.86 mg; Potas: 5153.33 mg; Wapń: 1118.49 mg; Fosfor: 1833.47 mg; Błonnik pokarmowy: 26.36 g; suma cukrów prostych: 84.84 g; Woda: 1622.90 g; Popiół: 21.19 g;		
piątek 2026-06-19 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko 150g , Papryka 80g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Marchewka z groszkiem 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Hummus 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2321.60 kcal; Energia: 9101.37 kJ; Białko ogółem: 103.84 g; białko zwierzęce: 63.64 g; białko roślinne: 31.35 g; Tłuszcz: 78.71 g; Węglowodany ogółem: 327.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.83 g; Sód: 3372.62 mg; Potas: 4491.01 mg; Wapń: 1005.57 mg; Fosfor: 1823.97 mg; Błonnik pokarmowy: 31.94 g; suma cukrów prostych: 62.18 g; Woda: 1741.59 g; Popiół: 21.46 g;		
piątek 2026-06-19 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szyńka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko pieczone 145g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 80g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Marchewka z groszkiem 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2226.22 kcal; Energia: 9329.61 kJ; Białko ogółem: 104.68 g; białko zwierzęce: 70.54 g; białko roślinne: 33.70 g; Tłuszcz: 76.82 g; Węglowodany ogółem: 310.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.76 g; Sód: 3645.83 mg; Potas: 4605.10 mg; Wapń: 1075.58 mg; Fosfor: 1958.60 mg; Błonnik pokarmowy: 33.27 g; suma cukrów prostych: 63.87 g; Woda: 1758.60 g; Popiół: 22.55 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-19 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Papryka 80g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 180g , Bukiet jarzyn 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Hummus 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2232.66 kcal; Energia: 7462.25 kJ; Białko ogółem: 102.83 g; białko zwierzęce: 62.65 g; białko roślinne: 23.52 g; Tłuszcz: 70.05 g; Węglowodany ogółem: 318.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.45 g; Sód: 2426.97 mg; Potas: 3831.20 mg; Wapń: 945.18 mg; Fosfor: 1580.43 mg; Błonnik pokarmowy: 26.79 g; suma cukrów prostych: 52.79 g; Woda: 1553.39 g; Popiół: 17.85 g;		
piątek 2026-06-19 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Szynka z indyka 40g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Banan 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor bez skóry 80g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Rosół z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane 90g , Ziemniaki gotowane 250g , Dynia duszona 120g , Kompot owocowy 300ml , Sos koperkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Baton pszenney 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor bez skóry 80g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 40g (SELER, GORCZYCA), Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2051.77 kcal; Energia: 8591.80 kJ; Białko ogółem: 97.12 g; białko zwierzęce: 62.69 g; białko roślinne: 34.42 g; Tłuszcz: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 331.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.80 g; Sód: 3299.79 mg; Potas: 5165.19 mg; Wapń: 960.19 mg; Fosfor: 1666.25 mg; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; suma cukrów prostych: 79.06 g; Woda: 1660.16 g; Popiół: 22.43 g;		
piątek 2026-06-19 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka z indyka 50g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek wiejski 110g (MLEKO, LAKTOZA), Jabłko 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 80g , Sałata 10g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 250g , Marchewka z groszkiem 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Szynka drobiowa 50g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Kurczak gotowany 50g (SELER, GORCZYCA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2565.85 kcal; Energia: 10753.15 kJ; Białko ogółem: 133.17 g; białko zwierzęce: 96.65 g; białko roślinne: 35.85 g; Tłuszcz: 91.82 g; Węglowodany ogółem: 336.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.66 g; Sód: 4099.69 mg; Potas: 4922.04 mg; Wapń: 1267.13 mg; Fosfor: 2258.96 mg; Błonnik pokarmowy: 37.41 g; suma cukrów prostych: 64.10 g; Woda: 1846.05 g; Popiół: 24.86 g;		
piątek 2026-06-19 Dieta: GLIWICE DIETA PAPKOWATA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi zmięszana 250ml (MLEKO), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło śmietankowe 60% 8g , Pasta z wędliny 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Zupa ryżowa zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka gotowane zmielone 90g , Ziemniaki gotowane puree 250g (MLEKO), Marchewka z groszkiem zmięszana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 250ml ,	Zupa ryżowa zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenney 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 80g (MLEKO, LAKTOZA), Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1803.25 kcal; Energia: 7558.84 kJ; Białko ogółem: 77.45 g; białko zwierzęce: 47.01 g; białko roślinne: 30.32 g; Tłuszcz: 51.24 g; Węglowodany ogółem: 280.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.78 g; Sód: 1844.59 mg; Potas: 4235.91 mg; Wapń: 1006.73 mg; Fosfor: 1517.69 mg; Błonnik pokarmowy: 24.83 g; suma cukrów prostych: 62.82 g; Woda: 1429.60 g; Popiół: 18.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-20 Dieta: GLIWICE DIETA PODSTAWOWA		
Kakao 300ml (MLEKO), Salátka jarzynowa 100g , Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g ,	Zupa kalarepowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowo-warzywny z szynki 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Paprykarz 60g (SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, PSZENICA), Rzodkiewka 80g , Herbata z cytryną 300ml , Mix sałat 10g , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2386.26 kcal; Energia: 9370.33 kJ; Białko ogółem: 91.24 g; białko zwierzęce: 54.61 g; białko roślinne: 31.95 g; Tłuszcz: 90.91 g; Węglowodany ogółem: 329.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.16 g; Sód: 2904.61 mg; Potas: 3329.34 mg; Wapń: 862.08 mg; Fosfor: 1592.01 mg; Błonnik pokarmowy: 31.20 g; suma cukrów prostych: 36.21 g; Woda: 1052.87 g; Popiół: 17.32 g;		
sobota 2026-06-20 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Salátka jarzynowa 100g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g ,	Zupa kalarepowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowo-warzywny z szynki 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Marchewka gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Mix sałat 10g , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2320.57 kcal; Energia: 9727.25 kJ; Białko ogółem: 94.48 g; białko zwierzęce: 59.14 g; białko roślinne: 34.56 g; Tłuszcz: 86.10 g; Węglowodany ogółem: 323.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.22 g; Sód: 2803.68 mg; Potas: 3423.95 mg; Wapń: 922.28 mg; Fosfor: 1706.03 mg; Błonnik pokarmowy: 33.42 g; suma cukrów prostych: 38.83 g; Woda: 1094.76 g; Popiół: 17.23 g;		
sobota 2026-06-20 Dieta: GLIWICE DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Salátka jarzynowa 100g , Chleb razowy 50g , Bułka grahamka 1szt (GLUTEN, JAJA, ŻYTO), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g ,	Zupa kalarepowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowo-warzywny z szynki 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml ,	Chleb razowy 100g , Masło śmietankowe 60% 15g , Paprykarz 60g (SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, PSZENICA), Rzodkiewka 80g , Herbata z cytryną 300ml , Mix sałat 10g , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2542.56 kcal; Energia: 8764.48 kJ; Białko ogółem: 96.27 g; białko zwierzęce: 53.51 g; białko roślinne: 30.28 g; Tłuszcz: 90.40 g; Węglowodany ogółem: 362.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.78 g; Sód: 2420.41 mg; Potas: 3191.64 mg; Wapń: 808.88 mg; Fosfor: 1535.96 mg; Błonnik pokarmowy: 31.08 g; suma cukrów prostych: 35.10 g; Woda: 1018.34 g; Popiół: 15.77 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-20 Dieta: GLIWICE DIETA ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA		
Pomidor bez skóry 80g , Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Pasta z kurczaka i marchewki 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowo drobiowa 40g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g ,	Rosół z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Baton pszenny 100g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata z cytryną 300ml , Mix sałat 10g , Polędwica premium 40g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 1823.91 kcal; Energia: 7640.14 kJ; Białko ogółem: 93.73 g; białko zwierzęce: 62.98 g; białko roślinne: 30.75 g; Tłuszcz: 58.55 g; Węglowodany ogółem: 252.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.91 g; Sód: 2912.64 mg; Potas: 4532.49 mg; Wapń: 788.84 mg; Fosfor: 1525.64 mg; Błonnik pokarmowy: 24.01 g; suma cukrów prostych: 36.50 g; Woda: 1344.54 g; Popiół: 18.33 g;		
sobota 2026-06-20 Dieta: GLIWICE DIETA BOGATOBIAŁKOWA		
Salatka jarzynowa 100g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Parówka drobiowa min. 75% 80g , Ketchup 17g 1szt , Szynka dębowo drobiowa 50g (., SELER, GORCZYCA), Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g ,	Zupa kalarepowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowo-warzywny z szynki 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 150g (GLUTEN), Marchewka gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Ser mozzarella light (kulka) 60g , Polędwica premium 50g , Pomidor 80g , Herbata z cytryną 300ml , Mix sałat 10g , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2399.69 kcal; Energia: 10056.54 kJ; Białko ogółem: 103.20 g; białko zwierzęce: 68.16 g; białko roślinne: 34.27 g; Tłuszcz: 89.01 g; Węglowodany ogółem: 328.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.56 g; Sód: 2982.54 mg; Potas: 3478.46 mg; Wapń: 1042.06 mg; Fosfor: 1823.47 mg; Błonnik pokarmowy: 33.59 g; suma cukrów prostych: 43.21 g; Woda: 1155.39 g; Popiół: 17.93 g;		
sobota 2026-06-20 Dieta: GLIWICE DIETA PAKOWATA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą wzmożniona zmięszana 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), Jogurt pitny naturalny 1szt ,	Zupa kalarepowa z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowo-warzywny z szynki 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane puree 200g (MLEKO), Marchew duszona puree 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml ,	Zupa kalarepowa z ziemniakami zmięszana 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Baton pszenny 50g (GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 8g (ŚMIETANKA), Pasta z serka włoskiego 80g (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt , Herbata z cytryną 300ml , Posiłek nocny: Jogurt wegański 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2057.90 kcal; Energia: 8622.57 kJ; Białko ogółem: 82.96 g; białko zwierzęce: 56.69 g; białko roślinne: 26.15 g; Tłuszcz: 79.09 g; Węglowodany ogółem: 277.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.02 g; Sód: 1989.71 mg; Potas: 4686.87 mg; Wapń: 1073.25 mg; Fosfor: 1542.41 mg; Błonnik pokarmowy: 25.67 g; suma cukrów prostych: 77.59 g; Woda: 1549.63 g; Popiół: 18.76 g;		

Dietetyk

.....