

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-01 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Masło orzechowe 10g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 200g , Sałata 10g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 60g , Sos pomidorowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta z tuńczyka 20g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pierś delikatna z kurnej półki 10g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Ogórek kiszony 50g , Sałata 10g , Herbata z cytryną 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1313.87 kcal; Energia: 4863.66 kJ; Białko ogółem: 55.25 g; białko zwierzęce: 39.11 g; białko roślinne: 11.20 g; Tłuszcz: 66.12 g; Węglowodany ogółem: 138.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.99 g; Sód: 1319.38 mg; Potas: 2435.90 mg; Wapń: 653.40 mg; Fosfor: 884.60 mg; Błonnik pokarmowy: 16.19 g; suma cukrów prostych: 41.56 g; Woda: 1002.11 g; Popiół: 11.30 g;		
środa 2026-07-01 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Masło orzechowe 15g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 200g , Sałata 10g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 100g , Sos pomidorowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta z tuńczyka 20g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Ogórek kiszony 50g , Sałata 10g , Herbata z cytryną 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1910.60 kcal; Energia: 7230.04 kJ; Białko ogółem: 75.65 g; białko zwierzęce: 44.94 g; białko roślinne: 24.47 g; Tłuszcz: 78.98 g; Węglowodany ogółem: 245.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.34 g; Sód: 1906.54 mg; Potas: 3235.34 mg; Wapń: 753.52 mg; Fosfor: 1178.43 mg; Błonnik pokarmowy: 24.59 g; suma cukrów prostych: 52.56 g; Woda: 1194.80 g; Popiół: 16.22 g;		
środa 2026-07-01 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Masło orzechowe 20g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 200g , Sałata 10g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 230g , Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta z tuńczyka 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pierś delikatna z kurnej półki 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Ogórek kiszony 50g , Sałata 10g , Herbata z cytryną 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2308.79 kcal; Energia: 8512.48 kJ; Białko ogółem: 92.87 g; białko zwierzęce: 54.71 g; białko roślinne: 29.06 g; Tłuszcz: 94.04 g; Węglowodany ogółem: 295.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.08 g; Sód: 2593.46 mg; Potas: 4033.25 mg; Wapń: 811.45 mg; Fosfor: 1400.01 mg; Błonnik pokarmowy: 28.47 g; suma cukrów prostych: 54.66 g; Woda: 1354.69 g; Popiół: 19.80 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-01 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Masło orzechowe 10g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 200g, Sałata 10g,	Zupa selerowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 60g, Marchewka z groszkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Sos pomidorowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta z tuńczyka 20g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1169.46 kcal; Energia: 4639.40 kJ; Białko ogółem: 49.30 g; białko zwierzęce: 32.48 g; białko roślinne: 14.22 g; Tłuszcz: 54.45 g; Węglowodany ogółem: 138.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.70 g; Sód: 926.32 mg; Potas: 2497.16 mg; Wapń: 648.76 mg; Fosfor: 864.44 mg; Błonnik pokarmowy: 19.19 g; suma cukrów prostych: 42.97 g; Woda: 961.02 g; Popiół: 10.17 g;		
środa 2026-07-01 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Masło orzechowe 15g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 200g, Sałata 10g,	Zupa selerowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 100g, Marchewka z groszkiem 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Sos pomidorowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta z tuńczyka 20g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1915.35 kcal; Energia: 7630.97 kJ; Białko ogółem: 75.06 g; białko zwierzęce: 42.66 g; białko roślinne: 28.50 g; Tłuszcz: 80.21 g; Węglowodany ogółem: 248.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.12 g; Sód: 1357.46 mg; Potas: 3248.15 mg; Wapń: 754.25 mg; Fosfor: 1206.99 mg; Błonnik pokarmowy: 27.77 g; suma cukrów prostych: 54.35 g; Woda: 1130.31 g; Popiół: 14.37 g;		
środa 2026-07-01 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Masło orzechowe 20g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Brzoskwinia 200g, Sałata 10g,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 230g, Marchewka z groszkiem 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta z tuńczyka 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 80g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 300ml, Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2345.10 kcal; Energia: 9298.50 kJ; Białko ogółem: 91.98 g; białko zwierzęce: 51.11 g; białko roślinne: 35.67 g; Tłuszcz: 97.35 g; Węglowodany ogółem: 305.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.33 g; Sód: 1964.38 mg; Potas: 4272.34 mg; Wapń: 846.52 mg; Fosfor: 1476.24 mg; Błonnik pokarmowy: 34.61 g; suma cukrów prostych: 58.03 g; Woda: 1357.71 g; Popiół: 18.43 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-02 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z komina 20g , Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Rzodkiewka 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Buraki gotowane 60g , Kasza gryczana gotowana 60g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka dębową drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Sałata 10g , Serek włoski 10g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1187.22 kcal; Energia: 4597.51 kJ; Białko ogółem: 56.94 g; białko zwierzęce: 38.80 g; białko roślinne: 15.81 g; Tłuszcz: 45.39 g; Węglowodany ogółem: 149.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.83 g; Sód: 1282.29 mg; Potas: 2216.85 mg; Wapń: 678.42 mg; Fosfor: 1132.14 mg; Błonnik pokarmowy: 13.14 g; suma cukrów prostych: 40.12 g; Woda: 766.60 g; Popiół: 10.44 g;		
czwartek 2026-07-02 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z komina 20g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Rzodkiewka 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Buraki gotowane 100g , Kasza gryczana gotowana 90g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka dębową drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Sałata 10g , Serek włoski 30g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1783.26 kcal; Energia: 7092.01 kJ; Białko ogółem: 86.48 g; białko zwierzęce: 55.71 g; białko roślinne: 28.43 g; Tłuszcz: 61.39 g; Węglowodany ogółem: 239.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.16 g; Sód: 2217.89 mg; Potas: 2988.50 mg; Wapń: 794.82 mg; Fosfor: 1652.39 mg; Błonnik pokarmowy: 20.17 g; suma cukrów prostych: 47.11 g; Woda: 956.55 g; Popiół: 15.45 g;		
czwartek 2026-07-02 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z komina 30g , Jajko gotowane 1szt (JAJA), Rzodkiewka 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Buraki gotowane 120g , Kasza gryczana gotowana 130g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka dębową drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Sałata 10g , Serek włoski 50g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2199.53 kcal; Energia: 8582.83 kJ; Białko ogółem: 103.47 g; białko zwierzęce: 63.63 g; białko roślinne: 35.94 g; Tłuszcz: 75.11 g; Węglowodany ogółem: 298.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.76 g; Sód: 2728.70 mg; Potas: 3460.51 mg; Wapń: 850.77 mg; Fosfor: 1984.02 mg; Błonnik pokarmowy: 24.65 g; suma cukrów prostych: 50.51 g; Woda: 1033.27 g; Popiół: 18.15 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-02 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z komina 20g, Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Buraki gotowane 60g, Kompot owocowy 300ml, Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka dębowo drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Sałata 10g, Serek włoski 10g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1168.26 kcal; Energia: 4895.18 kJ; Białko ogółem: 53.59 g; białko zwierzęce: 39.13 g; białko roślinne: 14.46 g; Tłuszcz: 45.05 g; Węglowodany ogółem: 151.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.82 g; Sód: 1427.12 mg; Potas: 2321.44 mg; Wapń: 683.42 mg; Fosfor: 1031.01 mg; Błonnik pokarmowy: 15.22 g; suma cukrów prostych: 40.78 g; Woda: 781.01 g; Popiół: 10.40 g;		
czwartek 2026-07-02 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z komina 20g, Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Buraki gotowane 100g, Kompot owocowy 300ml, Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka dębowo drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Sałata 10g, Serek włoski 30g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1761.60 kcal; Energia: 7377.98 kJ; Białko ogółem: 81.41 g; białko zwierzęce: 56.04 g; białko roślinne: 25.37 g; Tłuszcz: 60.78 g; Węglowodany ogółem: 242.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.10 g; Sód: 2362.42 mg; Potas: 3039.39 mg; Wapń: 798.31 mg; Fosfor: 1475.36 mg; Błonnik pokarmowy: 22.34 g; suma cukrów prostych: 47.71 g; Woda: 971.56 g; Popiół: 15.08 g;		
czwartek 2026-07-02 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z komina 30g, Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Buraki gotowane 120g, Kompot owocowy 300ml, Kasza jęczmienna gotowana 130g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka dębowo drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Sałata 10g, Serek włoski 50g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2163.68 kcal; Energia: 9061.01 kJ; Białko ogółem: 96.06 g; białko zwierzęce: 64.18 g; białko roślinne: 31.88 g; Tłuszcz: 74.22 g; Węglowodany ogółem: 303.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.68 g; Sód: 2971.64 mg; Potas: 3488.40 mg; Wapń: 864.26 mg; Fosfor: 1739.59 mg; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; suma cukrów prostych: 51.55 g; Woda: 1055.68 g; Popiół: 17.76 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-03		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 30g , Polędwica premium 20g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pomidor 50g , Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Twarożek 10g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk panierowany z pieca 50g (GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g , Surówka colesław 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Serek wiejski 10g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1280.03 kcal; Energia: 4985.60 kJ; Białko ogółem: 49.96 g; białko zwierzęce: 34.02 g; białko roślinne: 13.59 g; Tłuszcz: 55.23 g; Węglowodany ogółem: 162.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.79 g; Sód: 1274.53 mg; Potas: 2659.18 mg; Wapń: 916.33 mg; Fosfor: 901.84 mg; Błonnik pokarmowy: 17.83 g; suma cukrów prostych: 50.03 g; Woda: 1159.71 g; Popiół: 11.77 g;		
piątek 2026-07-03		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 80g , Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 150g , Sałata 10g , Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk panierowany z pieca 90g (GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Surówka colesław 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1908.35 kcal; Energia: 6984.21 kJ; Białko ogółem: 72.87 g; białko zwierzęce: 44.93 g; białko roślinne: 21.70 g; Tłuszcz: 75.57 g; Węglowodany ogółem: 257.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.55 g; Sód: 1978.87 mg; Potas: 3490.35 mg; Wapń: 1142.38 mg; Fosfor: 1231.71 mg; Błonnik pokarmowy: 26.34 g; suma cukrów prostych: 57.36 g; Woda: 1453.06 g; Popiół: 16.32 g;		
piątek 2026-07-03		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 30g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Brzoskwinia 150g , Sałata 10g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk panierowany z pieca 90g (GLUTEN, JAJA, RYBY, SEZAM, ŻYTO, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g , Surówka colesław 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2361.34 kcal; Energia: 8628.01 kJ; Białko ogółem: 90.35 g; białko zwierzęce: 55.81 g; białko roślinne: 26.74 g; Tłuszcz: 93.13 g; Węglowodany ogółem: 318.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.39 g; Sód: 2681.09 mg; Potas: 4398.98 mg; Wapń: 1284.63 mg; Fosfor: 1484.40 mg; Błonnik pokarmowy: 31.15 g; suma cukrów prostych: 63.37 g; Woda: 1687.71 g; Popiół: 20.17 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-03		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Połędwica premium 20g , Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Twarożek 10g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 50g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g , Cukinia duszona 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Serek wiejski 10g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1051.75 kcal; Energia: 4410.88 kJ; Białko ogółem: 46.87 g; białko zwierzęce: 34.12 g; białko roślinne: 12.75 g; Tłuszcz: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 142.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.65 g; Sód: 1195.13 mg; Potas: 2414.01 mg; Wapń: 827.29 mg; Fosfor: 895.38 mg; Błonnik pokarmowy: 14.62 g; suma cukrów prostych: 49.37 g; Woda: 1055.72 g; Popiół: 10.84 g;		
piątek 2026-07-03		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Połędwica premium 20g , Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Cukinia duszona 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1462.79 kcal; Energia: 6132.46 kJ; Białko ogółem: 64.92 g; białko zwierzęce: 43.73 g; białko roślinne: 21.19 g; Tłuszcz: 46.10 g; Węglowodany ogółem: 217.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.17 g; Sód: 1963.79 mg; Potas: 3075.93 mg; Wapń: 992.55 mg; Fosfor: 1232.05 mg; Błonnik pokarmowy: 21.90 g; suma cukrów prostych: 56.72 g; Woda: 1247.02 g; Popiół: 14.80 g;		
piątek 2026-07-03		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Połędwica premium 30g , Brzoskwinia 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morszczuk parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g , Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1szt (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1892.61 kcal; Energia: 7932.11 kJ; Białko ogółem: 84.07 g; białko zwierzęce: 56.47 g; białko roślinne: 27.60 g; Tłuszcz: 60.92 g; Węglowodany ogółem: 276.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.29 g; Sód: 2723.93 mg; Potas: 3994.71 mg; Wapń: 1128.50 mg; Fosfor: 1538.96 mg; Błonnik pokarmowy: 26.98 g; suma cukrów prostych: 63.08 g; Woda: 1483.73 g; Popiół: 19.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-04 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Kakao 300ml (MLEKO), Ogórek zielony 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Twarożek z ziołami 10g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morele 150g , Salata 10g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 60g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1248.29 kcal; Energia: 4750.09 kJ; Białko ogółem: 51.29 g; białko zwierzęce: 35.29 g; białko roślinne: 12.77 g; Tłuszcz: 55.54 g; Węglowodany ogółem: 151.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.36 g; Sód: 1086.97 mg; Potas: 2694.09 mg; Wapń: 761.50 mg; Fosfor: 924.21 mg; Błonnik pokarmowy: 16.62 g; suma cukrów prostych: 46.25 g; Woda: 968.83 g; Popiół: 10.75 g;		
sobota 2026-07-04 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Kakao 300ml (MLEKO), Ogórek zielony 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Twarożek z ziołami 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morele 150g , Salata 10g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 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 pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 100g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1767.92 kcal; Energia: 6230.65 kJ; Białko ogółem: 74.04 g; białko zwierzęce: 47.23 g; białko roślinne: 18.86 g; Tłuszcz: 69.07 g; Węglowodany ogółem: 234.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.10 g; Sód: 1580.80 mg; Potas: 3393.71 mg; Wapń: 880.10 mg; Fosfor: 1245.50 mg; Błonnik pokarmowy: 23.91 g; suma cukrów prostych: 50.58 g; Woda: 1147.70 g; Popiół: 13.95 g;		
sobota 2026-07-04 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Kakao 300ml (MLEKO), Ogórek zielony 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Twarożek z ziołami 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morele 150g , Salata 10g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 230g , Surówka z selera z rodzynkami i słonecznikiem 120g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2169.99 kcal; Energia: 7624.48 kJ; Białko ogółem: 89.59 g; białko zwierzęce: 55.82 g; białko roślinne: 24.19 g; Tłuszcz: 82.71 g; Węglowodany ogółem: 292.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.63 g; Sód: 2050.38 mg; Potas: 4256.15 mg; Wapń: 966.05 mg; Fosfor: 1469.89 mg; Błonnik pokarmowy: 28.85 g; suma cukrów prostych: 53.78 g; Woda: 1331.62 g; Popiół: 17.28 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-04		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 300ml (MLEKO), Twarożek z ziołami 10g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morele 150g , Sałata 10g ,	Zupa koperkowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Surówka z selera z rodzynekami i słonecznikiem 60g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1225.33 kcal; Energia: 5031.26 kJ; Białko ogółem: 50.21 g; białko zwierzęce: 35.62 g; białko roślinne: 13.70 g; Tłuszcz: 55.53 g; Węglowodany ogółem: 149.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.45 g; Sód: 1231.39 mg; Potas: 2778.72 mg; Wapń: 771.35 mg; Fosfor: 948.25 mg; Błonnik pokarmowy: 18.33 g; suma cukrów prostych: 47.02 g; Woda: 947.69 g; Popiół: 11.21 g;		
sobota 2026-07-04		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 300ml (MLEKO), Twarożek z ziołami 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morele 150g , Sałata 10g ,	Zupa koperkowa z ryżem 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 pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g , Surówka z selera z rodzynekami i słonecznikiem 100g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1709.55 kcal; Energia: 6991.08 kJ; Białko ogółem: 72.41 g; białko zwierzęce: 48.18 g; białko roślinne: 22.75 g; Tłuszcz: 68.48 g; Węglowodany ogółem: 228.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.83 g; Sód: 1973.11 mg; Potas: 3590.40 mg; Wapń: 921.04 mg; Fosfor: 1349.96 mg; Błonnik pokarmowy: 28.44 g; suma cukrów prostych: 52.70 g; Woda: 1141.69 g; Popiół: 15.44 g;		
sobota 2026-07-04		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 300ml (MLEKO), Twarożek z ziołami 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Morele 150g , Sałata 10g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet drobiowo-warzywny 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos pomidorowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 230g , Surówka z selera z rodzynekami i słonecznikiem 120g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Polędwica premium 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2107.12 kcal; Energia: 8621.25 kJ; Białko ogółem: 87.82 g; białko zwierzęce: 56.92 g; białko roślinne: 29.11 g; Tłuszcz: 82.91 g; Węglowodany ogółem: 285.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.95 g; Sód: 2540.57 mg; Potas: 4487.00 mg; Wapń: 1016.88 mg; Fosfor: 1601.66 mg; Błonnik pokarmowy: 34.46 g; suma cukrów prostych: 56.37 g; Woda: 1327.62 g; Popiół: 19.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-05 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Pomidor 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyńka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 60g , Kapusta czerwona gotowana 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 979.84 kcal; Energia: 3724.50 kJ; Białko ogółem: 46.00 g; białko zwierzęce: 33.55 g; białko roślinne: 10.11 g; Tłuszcz: 39.42 g; Węglowodany ogółem: 121.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.41 g; Sód: 1100.35 mg; Potas: 2092.43 mg; Wapń: 516.60 mg; Fosfor: 765.34 mg; Błonnik pokarmowy: 12.35 g; suma cukrów prostych: 31.72 g; Woda: 829.25 g; Popiół: 8.97 g;		
niedziela 2026-07-05 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyńka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 250ml (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 100g , Kapusta czerwona gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1505.80 kcal; Energia: 5295.90 kJ; Białko ogółem: 70.17 g; białko zwierzęce: 47.79 g; białko roślinne: 16.14 g; Tłuszcz: 53.48 g; Węglowodany ogółem: 201.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.87 g; Sód: 1575.72 mg; Potas: 2860.79 mg; Wapń: 620.72 mg; Fosfor: 1098.02 mg; Błonnik pokarmowy: 17.90 g; suma cukrów prostych: 34.33 g; Woda: 1040.63 g; Popiół: 12.45 g;		
niedziela 2026-07-05 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szyńka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (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 230g , Kapusta czerwona gotowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1940.63 kcal; Energia: 6861.30 kJ; Białko ogółem: 85.33 g; białko zwierzęce: 54.66 g; białko roślinne: 22.87 g; Tłuszcz: 66.12 g; Węglowodany ogółem: 270.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.11 g; Sód: 2258.21 mg; Potas: 4014.33 mg; Wapń: 685.55 mg; Fosfor: 1342.33 mg; Błonnik pokarmowy: 23.35 g; suma cukrów prostych: 36.77 g; Woda: 1278.92 g; Popiół: 16.90 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-05 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k pieczone 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 60g , Dynia duszona 60g , Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 968.71 kcal; Energia: 4057.95 kJ; Białko ogółem: 45.29 g; białko zwierzęce: 33.86 g; białko roślinne: 11.43 g; Tłuszcz: 40.89 g; Węglowodany ogółem: 118.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.57 g; Sód: 1244.15 mg; Potas: 2225.91 mg; Wapń: 538.47 mg; Fosfor: 824.42 mg; Błonnik pokarmowy: 13.89 g; suma cukrów prostych: 33.34 g; Woda: 850.88 g; Popiół: 9.54 g;		
niedziela 2026-07-05 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 200ml (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 100g , Dynia duszona 100g , Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1450.35 kcal; Energia: 6075.28 kJ; Białko ogółem: 68.11 g; białko zwierzęce: 48.54 g; białko roślinne: 19.57 g; Tłuszcz: 55.94 g; Węglowodany ogółem: 189.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.55 g; Sód: 1954.82 mg; Potas: 3070.34 mg; Wapń: 673.62 mg; Fosfor: 1234.22 mg; Błonnik pokarmowy: 21.82 g; suma cukrów prostych: 37.63 g; Woda: 1056.41 g; Popiół: 13.77 g;		
niedziela 2026-07-05 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Sałata 10g ,	Rosół z makaronem 300ml (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 230g , Dynia duszona 120g , Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1893.36 kcal; Energia: 7927.30 kJ; Białko ogółem: 83.60 g; białko zwierzęce: 55.71 g; białko roślinne: 27.89 g; Tłuszcz: 69.18 g; Węglowodany ogółem: 261.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.56 g; Sód: 2742.43 mg; Potas: 4298.88 mg; Wapń: 757.21 mg; Fosfor: 1522.59 mg; Błonnik pokarmowy: 28.85 g; suma cukrów prostych: 41.03 g; Woda: 1312.96 g; Popiół: 18.79 g;		
poniedziałek 2026-07-06 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 10g , Papryka 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 60g , Kompot owocowy 300ml , Mix салат z sosem vinaigrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1g (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica sopočka 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 992.97 kcal; Energia: 3785.60 kJ; Białko ogółem: 46.88 g; białko zwierzęce: 32.72 g; białko roślinne: 9.92 g; Tłuszcz: 40.07 g; Węglowodany ogółem: 121.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.28 g; Sód: 957.96 mg; Potas: 2187.86 mg; Wapń: 568.28 mg; Fosfor: 800.28 mg; Błonnik pokarmowy: 11.01 g; suma cukrów prostych: 27.81 g; Woda: 773.02 g; Popiół: 8.40 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-06 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 30g , Papryka 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 100g , Kompot owocowy 300ml , Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1g (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica sopočka 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1691.08 kcal; Energia: 6708.82 kJ; Białko ogółem: 77.47 g; białko zwierzęce: 46.07 g; białko roślinne: 23.36 g; Tłuszcz: 56.74 g; Węglowodany ogółem: 232.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.68 g; Sód: 1470.85 mg; Potas: 2987.21 mg; Wapń: 657.36 mg; Fosfor: 1187.77 mg; Błonnik pokarmowy: 17.65 g; suma cukrów prostych: 38.23 g; Woda: 931.90 g; Popiół: 12.78 g;		
poniedziałek 2026-07-06 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 50g , Papryka 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 230g , Kompot owocowy 300ml , Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1g (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica sopočka 30g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2105.33 kcal; Energia: 8191.07 kJ; Białko ogółem: 96.39 g; białko zwierzęce: 55.29 g; białko roślinne: 27.70 g; Tłuszcz: 72.00 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.42 g; Sód: 2043.30 mg; Potas: 3868.53 mg; Wapń: 689.89 mg; Fosfor: 1408.22 mg; Błonnik pokarmowy: 21.38 g; suma cukrów prostych: 39.86 g; Woda: 1089.19 g; Popiół: 15.94 g;		
poniedziałek 2026-07-06 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 10g , Pomidor 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Salata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 60g , Kompot owocowy 300ml , Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1g (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica sopočka 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Pasta rybna z łososia z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 964.95 kcal; Energia: 4044.43 kJ; Białko ogółem: 46.38 g; białko zwierzęce: 33.05 g; białko roślinne: 11.42 g; Tłuszcz: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 116.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.35 g; Sód: 1104.70 mg; Potas: 2300.65 mg; Wapń: 576.31 mg; Fosfor: 835.99 mg; Błonnik pokarmowy: 12.33 g; suma cukrów prostych: 28.55 g; Woda: 753.70 g; Popiół: 8.80 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-06 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 30g, Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa botwinka z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 100g, Kompot owocowy 300ml, Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1g (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica sopocka 20g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta rybna z łososia z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1663.06 kcal; Energia: 6967.66 kJ; Białko ogółem: 76.96 g; białko zwierzęce: 46.40 g; białko roślinne: 24.86 g; Tłuszcz: 56.66 g; Węglowodany ogółem: 227.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.74 g; Sód: 1617.59 mg; Potas: 3100.00 mg; Wapń: 665.39 mg; Fosfor: 1223.48 mg; Błonnik pokarmowy: 18.97 g; suma cukrów prostych: 38.98 g; Woda: 912.58 g; Popiół: 13.18 g;		
poniedziałek 2026-07-06 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 50g, Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Sałata 10g,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Ziemniaki gotowane 230g, Kompot owocowy 300ml, Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Kefir 150g 1g (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica sopocka 30g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2066.71 kcal; Energia: 8657.71 kJ; Białko ogółem: 95.82 g; białko zwierzęce: 55.84 g; białko roślinne: 30.48 g; Tłuszcz: 72.00 g; Węglowodany ogółem: 279.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.55 g; Sód: 2288.83 mg; Potas: 4029.92 mg; Wapń: 709.91 mg; Fosfor: 1477.73 mg; Błonnik pokarmowy: 23.87 g; suma cukrów prostych: 41.13 g; Woda: 1076.47 g; Popiół: 16.76 g;		
wtorek 2026-07-07 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g, Pomidor 50g, Arbuz 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), Serek włoski 10g (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza pęczak 60g, Surówka z młodej kapusty 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Serek wiejski 1 szt. 1g (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Rzodkiewka 50g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1306.26 kcal; Energia: 5039.43 kJ; Białko ogółem: 65.68 g; białko zwierzęce: 47.78 g; białko roślinne: 14.87 g; Tłuszcz: 50.74 g; Węglowodany ogółem: 159.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.19 g; Sód: 1329.35 mg; Potas: 2370.64 mg; Wapń: 788.86 mg; Fosfor: 1120.20 mg; Błonnik pokarmowy: 14.39 g; suma cukrów prostych: 43.88 g; Woda: 1046.51 g; Popiół: 10.64 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-07 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Arbuz 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek włoski 30g (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza pęczak 90g , Surówka z młodej kapusty 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Serek wiejski 1 szt. 1g (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1821.79 kcal; Energia: 6529.48 kJ; Białko ogółem: 87.58 g; białko zwierzęce: 59.19 g; białko roślinne: 21.00 g; Tłuszcz: 64.52 g; Węglowodany ogółem: 239.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.68 g; Sód: 1669.50 mg; Potas: 2867.30 mg; Wapń: 855.23 mg; Fosfor: 1392.69 mg; Błonnik pokarmowy: 20.20 g; suma cukrów prostych: 46.37 g; Woda: 1142.24 g; Popiół: 13.02 g;		
wtorek 2026-07-07 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 30g , Pomidor 50g , Arbuz 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek włoski 50g (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza pęczak 130g , Surówka z młodej kapusty 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Serek wiejski 1 szt. 1g (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 2317.01 kcal; Energia: 8329.63 kJ; Białko ogółem: 112.58 g; białko zwierzęce: 77.70 g; białko roślinne: 25.70 g; Tłuszcz: 88.86 g; Węglowodany ogółem: 286.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.72 g; Sód: 1989.08 mg; Potas: 3391.20 mg; Wapń: 924.37 mg; Fosfor: 1733.53 mg; Błonnik pokarmowy: 23.94 g; suma cukrów prostych: 48.07 g; Woda: 1276.04 g; Popiół: 15.49 g;		
wtorek 2026-07-07 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Arbuz 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek włoski 10g (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Dynia duszona 60g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Serek wiejski 1 szt. 1g (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1338.93 kcal; Energia: 5612.61 kJ; Białko ogółem: 63.37 g; białko zwierzęce: 48.11 g; białko roślinne: 15.27 g; Tłuszcz: 51.78 g; Węglowodany ogółem: 170.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.42 g; Sód: 1432.35 mg; Potas: 2606.31 mg; Wapń: 836.77 mg; Fosfor: 1218.56 mg; Błonnik pokarmowy: 16.55 g; suma cukrów prostych: 45.65 g; Woda: 1123.27 g; Popiół: 11.55 g;		
wtorek 2026-07-07 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Pomidor 50g , Arbuz 150g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek włoski 30g (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Dynia duszona 100g , Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Serek wiejski 1 szt. 1g (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1863.37 kcal; Energia: 7808.81 kJ; Białko ogółem: 84.87 g; białko zwierzęce: 60.07 g; białko roślinne: 24.80 g; Tłuszcz: 66.42 g; Węglowodany ogółem: 255.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.17 g; Sód: 1988.72 mg; Potas: 3320.30 mg; Wapń: 957.61 mg; Fosfor: 1611.53 mg; Błonnik pokarmowy: 25.82 g; suma cukrów prostych: 50.12 g; Woda: 1265.09 g; Popiół: 15.21 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-07 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 30g, Pomidor 50g, Arbus 150g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek włoski 50g (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 130g (GLUTEN), Dynia duszona 200g, Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Serek wiejski 1 szt. 1g (MLEKO, LAKTOZA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2454.98 kcal; Energia: 10283.49 kJ; Białko ogółem: 110.87 g; białko zwierzęce: 78.80 g; białko roślinne: 32.07 g; Tłuszcz: 95.65 g; Węglowodany ogółem: 320.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.70 g; Sód: 2395.27 mg; Potas: 4186.78 mg; Wapń: 1106.32 mg; Fosfor: 2060.96 mg; Błonnik pokarmowy: 33.96 g; suma cukrów prostych: 54.43 g; Woda: 1495.37 g; Popiół: 18.91 g;		
środa 2026-07-08 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbus 200g,	Zupa minestrone z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g, Fasolka szparagowa parowana 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Ogórek kiszony 50g, Herbata z cytryną 300ml, Ser mozzarella light (kulka) 10g,
Wartości odżywcze: Energia: 1048.90 kcal; Energia: 4019.50 kJ; Białko ogółem: 49.02 g; białko zwierzęce: 34.16 g; białko roślinne: 10.62 g; Tłuszcz: 36.69 g; Węglowodany ogółem: 139.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.30 g; Sód: 1288.55 mg; Potas: 2169.45 mg; Wapń: 682.55 mg; Fosfor: 805.79 mg; Błonnik pokarmowy: 10.64 g; suma cukrów prostych: 43.93 g; Woda: 973.19 g; Popiół: 9.99 g;		
środa 2026-07-08 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g, Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbus 200g,	Zupa minestrone z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g, Fasolka szparagowa parowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Ogórek kiszony 50g, Herbata z cytryną 300ml, Ser mozzarella light (kulka) 30g,
Wartości odżywcze: Energia: 1665.93 kcal; Energia: 6601.09 kJ; Białko ogółem: 75.01 g; białko zwierzęce: 43.30 g; białko roślinne: 23.68 g; Tłuszcz: 50.37 g; Węglowodany ogółem: 242.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.88 g; Sód: 1652.49 mg; Potas: 2872.05 mg; Wapń: 774.11 mg; Fosfor: 1109.32 mg; Błonnik pokarmowy: 17.72 g; suma cukrów prostych: 54.08 g; Woda: 1118.23 g; Popiół: 13.79 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-08 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbuz 200g ,	Zupa minestrone z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g , Fasolka szparagowa parowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Ogórek kiszony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella light (kulka) 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2060.67 kcal; Energia: 7999.79 kJ; Białko ogółem: 91.59 g; białko zwierzęce: 49.23 g; białko roślinne: 28.95 g; Tłuszcz: 63.26 g; Węglowodany ogółem: 298.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.50 g; Sód: 2271.39 mg; Potas: 3656.67 mg; Wapń: 828.20 mg; Fosfor: 1301.94 mg; Błonnik pokarmowy: 22.00 g; suma cukrów prostych: 56.18 g; Woda: 1280.30 g; Popiół: 17.23 g;		
środa 2026-07-08 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbuz 200g ,	Zupa minestrone z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g , Fasolka szparagowa parowana 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella light (kulka) 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1085.10 kcal; Energia: 4550.10 kJ; Białko ogółem: 50.41 g; białko zwierzęce: 34.71 g; białko roślinne: 13.80 g; Tłuszcz: 37.21 g; Węglowodany ogółem: 149.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.48 g; Sód: 1188.92 mg; Potas: 2391.85 mg; Wapń: 708.35 mg; Fosfor: 887.99 mg; Błonnik pokarmowy: 13.93 g; suma cukrów prostych: 45.29 g; Woda: 992.75 g; Popiół: 10.30 g;		
środa 2026-07-08 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbuz 200g ,	Zupa minestrone z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Fasolka szparagowa parowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Ser mozzarella light (kulka) 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1702.13 kcal; Energia: 7131.69 kJ; Białko ogółem: 76.40 g; białko zwierzęce: 43.85 g; białko roślinne: 26.86 g; Tłuszcz: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 252.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.05 g; Sód: 1552.85 mg; Potas: 3094.45 mg; Wapń: 799.91 mg; Fosfor: 1191.52 mg; Błonnik pokarmowy: 21.01 g; suma cukrów prostych: 55.43 g; Woda: 1137.79 g; Popiół: 14.11 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-08		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Dżem 25g 1szt, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Arbuz 200g,	Zupa minestrone z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Filet z kurczaka pieczony 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g, Fasolka szparagowa parowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Ser mozzarella light (kulka) 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2036.67 kcal; Energia: 8530.39 kJ; Białko ogółem: 91.42 g; białko zwierzęce: 49.78 g; białko roślinne: 32.13 g; Tłuszcz: 63.52 g; Węglowodany ogółem: 296.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.68 g; Sód: 2171.16 mg; Potas: 3879.07 mg; Wapń: 854.00 mg; Fosfor: 1384.14 mg; Błonnik pokarmowy: 25.29 g; suma cukrów prostych: 57.53 g; Woda: 1299.86 g; Popiół: 17.55 g;		
czwartek 2026-07-09		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt, Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mizeria ogórka zielonego starta na drobnych oczkach z jogurtem naturalnym 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml, Ziemniaki gotowane 60g, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 50g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 20g („ SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1163.32 kcal; Energia: 4496.06 kJ; Białko ogółem: 62.71 g; białko zwierzęce: 51.66 g; białko roślinne: 8.71 g; Tłuszcz: 55.66 g; Węglowodany ogółem: 112.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.75 g; Sód: 1310.07 mg; Potas: 2152.60 mg; Wapń: 615.82 mg; Fosfor: 1006.10 mg; Błonnik pokarmowy: 9.72 g; suma cukrów prostych: 25.87 g; Woda: 842.06 g; Popiół: 9.73 g;		
czwartek 2026-07-09		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 80g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt, Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Salata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (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 100g, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 50g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 20g („ SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1535.79 kcal; Energia: 5425.53 kJ; Białko ogółem: 77.37 g; białko zwierzęce: 57.62 g; białko roślinne: 13.51 g; Tłuszcz: 59.01 g; Węglowodany ogółem: 185.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.54 g; Sód: 1776.30 mg; Potas: 2725.25 mg; Wapń: 671.75 mg; Fosfor: 1183.01 mg; Błonnik pokarmowy: 14.04 g; suma cukrów prostych: 28.44 g; Woda: 960.47 g; Popiół: 12.42 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-09 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (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 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1962.90 kcal; Energia: 6960.85 kJ; Białko ogółem: 95.22 g; białko zwierzęce: 68.74 g; białko roślinne: 18.68 g; Tłuszcz: 72.96 g; Węglowodany ogółem: 246.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.74 g; Sód: 2618.94 mg; Potas: 3672.94 mg; Wapń: 745.32 mg; Fosfor: 1466.93 mg; Błonnik pokarmowy: 18.23 g; suma cukrów prostych: 30.65 g; Woda: 1183.35 g; Popiół: 16.63 g;		
czwartek 2026-07-09 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukinia duszona 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1165.24 kcal; Energia: 4879.60 kJ; Białko ogółem: 62.51 g; białko zwierzęce: 51.64 g; białko roślinne: 10.87 g; Tłuszcz: 58.31 g; Węglowodany ogółem: 109.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.93 g; Sód: 1288.47 mg; Potas: 2336.85 mg; Wapń: 612.97 mg; Fosfor: 1045.77 mg; Błonnik pokarmowy: 12.01 g; suma cukrów prostych: 26.48 g; Woda: 818.61 g; Popiół: 9.75 g;		
czwartek 2026-07-09 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Indyk sztuka mięsa pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukinia duszona 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1524.07 kcal; Energia: 6381.22 kJ; Białko ogółem: 76.97 g; białko zwierzęce: 57.93 g; białko roślinne: 19.05 g; Tłuszcz: 63.54 g; Węglowodany ogółem: 179.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.94 g; Sód: 1891.00 mg; Potas: 3065.58 mg; Wapń: 689.07 mg; Fosfor: 1303.52 mg; Błonnik pokarmowy: 19.41 g; suma cukrów prostych: 30.25 g; Woda: 944.04 g; Popiół: 13.15 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-09		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt, Pomidor 50g, Kakao 300ml (MLEKO), Sałata 10g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (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: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1947.01 kcal; Energia: 8150.66 kJ; Białko ogółem: 94.74 g; białko zwierzęce: 69.16 g; białko roślinne: 25.58 g; Tłuszcz: 78.40 g; Węglowodany ogółem: 239.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.22 g; Sód: 2777.08 mg; Potas: 4079.15 mg; Wapń: 769.72 mg; Fosfor: 1619.41 mg; Błonnik pokarmowy: 24.86 g; suma cukrów prostych: 32.93 g; Woda: 1168.77 g; Popiół: 17.61 g;		
piątek 2026-07-10		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko 150g, Papryka 50g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 10g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g,	Zupa ogórkowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajko w sosie koperkowym 1 szt/50ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 60g, Marchewka z groszkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Hummus 10g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1328.77 kcal; Energia: 5191.72 kJ; Białko ogółem: 54.64 g; białko zwierzęce: 37.60 g; białko roślinne: 12.34 g; Tłuszcz: 52.28 g; Węglowodany ogółem: 175.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.76 g; Sód: 1348.02 mg; Potas: 2395.06 mg; Wapń: 762.37 mg; Fosfor: 978.57 mg; Błonnik pokarmowy: 17.92 g; suma cukrów prostych: 44.14 g; Woda: 1104.39 g; Popiół: 10.96 g;		
piątek 2026-07-10		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 30g, Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko 150g, Papryka 50g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g,	Zupa ogórkowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajko w sosie koperkowym 1 szt/50ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 100g, Marchewka z groszkiem 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml, Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Hummus 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 300ml, Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1751.76 kcal; Energia: 6963.97 kJ; Białko ogółem: 69.84 g; białko zwierzęce: 41.02 g; białko roślinne: 22.63 g; Tłuszcz: 60.61 g; Węglowodany ogółem: 252.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.31 g; Sód: 2273.05 mg; Potas: 2967.52 mg; Wapń: 840.90 mg; Fosfor: 1234.73 mg; Błonnik pokarmowy: 24.70 g; suma cukrów prostych: 48.55 g; Woda: 1245.64 g; Popiół: 14.84 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-10 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko 150g , Papryka 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 230g , Marchewka z groszkiem 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Hummus 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 2281.84 kcal; Energia: 8929.24 kJ; Białko ogółem: 95.67 g; białko zwierzęce: 58.10 g; białko roślinne: 28.32 g; Tłuszcz: 82.13 g; Węglowodany ogółem: 313.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.20 g; Sód: 3047.99 mg; Potas: 3894.62 mg; Wapń: 926.32 mg; Fosfor: 1615.23 mg; Błonnik pokarmowy: 29.28 g; suma cukrów prostych: 51.12 g; Woda: 1504.93 g; Popiół: 19.15 g;		
piątek 2026-07-10 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko pieczone 145g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Serek wiejski 10g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajko w sosie koperkowym 1 szt/50ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 60g , Marchewka z groszkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1340.37 kcal; Energia: 5617.39 kJ; Białko ogółem: 56.09 g; białko zwierzęce: 39.42 g; białko roślinne: 15.07 g; Tłuszcz: 52.36 g; Węglowodany ogółem: 178.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.46 g; Sód: 1602.20 mg; Potas: 2486.95 mg; Wapń: 797.36 mg; Fosfor: 1065.74 mg; Błonnik pokarmowy: 19.81 g; suma cukrów prostych: 45.16 g; Woda: 1104.44 g; Popiół: 11.89 g;		
piątek 2026-07-10 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko pieczone 145g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Salata 10g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajko w sosie koperkowym 1 szt/50ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 100g , Marchewka z groszkiem 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 1704.04 kcal; Energia: 7140.81 kJ; Białko ogółem: 70.78 g; białko zwierzęce: 45.16 g; białko roślinne: 24.02 g; Tłuszcz: 60.15 g; Węglowodany ogółem: 242.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.11 g; Sód: 2437.02 mg; Potas: 3029.07 mg; Wapń: 882.74 mg; Fosfor: 1314.96 mg; Błonnik pokarmowy: 25.38 g; suma cukrów prostych: 49.40 g; Woda: 1251.21 g; Popiół: 15.48 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-10		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Jabłko pieczone 145g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), Pomidor 50g , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Sałata 10g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 230g , Marchewka z groszkiem 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 300ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 300ml , Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 2213.81 kcal; Energia: 9272.85 kJ; Białko ogółem: 97.52 g; białko zwierzęce: 65.00 g; białko roślinne: 30.92 g; Tłuszcz: 81.57 g; Węglowodany ogółem: 300.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.22 g; Sód: 3319.95 mg; Potas: 4023.04 mg; Wapń: 999.02 mg; Fosfor: 1756.12 mg; Błonnik pokarmowy: 31.05 g; suma cukrów prostych: 52.84 g; Woda: 1529.21 g; Popiół: 20.33 g;		

Dietetyk

.....