

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-11 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Rzodkiewka 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Buraki gotowane 60g , Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka dębowa drobiowa 25g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Salata 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1120.68 kcal; Energia: 4315.36 kJ; Białko ogółem: 42.57 g; białko zwierzęce: 28.54 g; białko roślinne: 11.69 g; Tłuszcz: 40.13 g; Węglowodany ogółem: 158.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.29 g; Sód: 1134.41 mg; Potas: 1710.33 mg; Wapń: 386.39 mg; Fosfor: 716.86 mg; Błonnik pokarmowy: 13.00 g; suma cukrów prostych: 46.03 g; Woda: 614.73 g; Popiół: 7.62 g;		
czwartek 2026-06-11 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Szynka z komina 25g , Rzodkiewka 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 250ml (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 100g , Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 30g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 25g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Salata 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1695.46 kcal; Energia: 6720.72 kJ; Białko ogółem: 72.42 g; białko zwierzęce: 47.32 g; białko roślinne: 22.75 g; Tłuszcz: 52.82 g; Węglowodany ogółem: 249.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.73 g; Sód: 2192.89 mg; Potas: 2473.64 mg; Wapń: 494.81 mg; Fosfor: 1158.69 mg; Błonnik pokarmowy: 20.12 g; suma cukrów prostych: 53.28 g; Woda: 788.80 g; Popiół: 12.58 g;		
czwartek 2026-06-11 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Szynka z komina 30g , Rzodkiewka 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (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 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 130g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek włoski 50g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 25g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Salata 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2092.69 kcal; Energia: 8130.55 kJ; Białko ogółem: 84.19 g; białko zwierzęce: 52.39 g; białko roślinne: 27.90 g; Tłuszcz: 65.88 g; Węglowodany ogółem: 311.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.35 g; Sód: 2529.07 mg; Potas: 2803.26 mg; Wapń: 548.64 mg; Fosfor: 1348.06 mg; Błonnik pokarmowy: 24.73 g; suma cukrów prostych: 56.60 g; Woda: 860.51 g; Popiół: 14.54 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-11 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bitka wieprzowa ze schabu 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Buraki gotowane 60g , Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka dębowa drobiowa 25g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Salata 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1143.88 kcal; Energia: 4790.24 kJ; Białko ogółem: 42.67 g; białko zwierzęce: 28.91 g; białko roślinne: 13.76 g; Tłuszcz: 44.46 g; Węglowodany ogółem: 157.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.14 g; Sód: 1280.29 mg; Potas: 1923.57 mg; Wapń: 395.18 mg; Fosfor: 768.13 mg; Błonnik pokarmowy: 14.90 g; suma cukrów prostych: 46.84 g; Woda: 628.73 g; Popiół: 8.24 g;		
czwartek 2026-06-11 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Szynka z komina 20g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 250ml (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 100g , Kompot owocowy 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 30g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 25g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Salata 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1677.26 kcal; Energia: 7022.25 kJ; Białko ogółem: 71.46 g; białko zwierzęce: 46.67 g; białko roślinne: 24.79 g; Tłuszcz: 52.96 g; Węglowodany ogółem: 248.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.84 g; Sód: 2303.07 mg; Potas: 2667.34 mg; Wapń: 502.45 mg; Fosfor: 1198.06 mg; Błonnik pokarmowy: 22.03 g; suma cukrów prostych: 54.06 g; Woda: 798.21 g; Popiół: 13.08 g;		
czwartek 2026-06-11 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Szynka z komina 30g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Mus owocowy 120g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (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 200ml , Kasza jęczmienna gotowana 130g (GLUTEN), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek włoski 50g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Salata 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2073.63 kcal; Energia: 8681.00 kJ; Białko ogółem: 85.13 g; białko zwierzęce: 53.88 g; białko roślinne: 31.25 g; Tłuszcz: 66.28 g; Węglowodany ogółem: 309.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.98 g; Sód: 2842.31 mg; Potas: 3088.13 mg; Wapń: 569.21 mg; Fosfor: 1447.30 mg; Błonnik pokarmowy: 27.80 g; suma cukrów prostych: 57.91 g; Woda: 880.32 g; Popiół: 15.65 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-12 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 50g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g , Surówka colesław 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1235.51 kcal; Energia: 5181.12 kJ; Białko ogółem: 53.94 g; białko zwierzęce: 36.03 g; białko roślinne: 15.71 g; Tłuszcz: 50.14 g; Węglowodany ogółem: 160.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.57 g; Sód: 1456.92 mg; Potas: 2873.28 mg; Wapń: 799.87 mg; Fosfor: 1054.36 mg; Błonnik pokarmowy: 19.56 g; suma cukrów prostych: 43.98 g; Woda: 1035.96 g; Popiół: 13.03 g;		
piątek 2026-06-12 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 30g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Surówka colesław 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1802.41 kcal; Energia: 7553.79 kJ; Białko ogółem: 80.54 g; białko zwierzęce: 51.80 g; białko roślinne: 26.54 g; Tłuszcz: 67.01 g; Węglowodany ogółem: 245.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.52 g; Sód: 2582.65 mg; Potas: 3832.74 mg; Wapń: 1014.47 mg; Fosfor: 1426.85 mg; Błonnik pokarmowy: 28.05 g; suma cukrów prostych: 51.95 g; Woda: 1336.29 g; Popiół: 18.77 g;		
piątek 2026-06-12 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 25g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g , Surówka colesław 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z indyka 25g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2236.48 kcal; Energia: 9369.58 kJ; Białko ogółem: 96.81 g; białko zwierzęce: 61.30 g; białko roślinne: 33.31 g; Tłuszcz: 85.08 g; Węglowodany ogółem: 303.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.42 g; Sód: 3304.59 mg; Potas: 4770.48 mg; Wapń: 1133.54 mg; Fosfor: 1698.30 mg; Błonnik pokarmowy: 34.58 g; suma cukrów prostych: 55.97 g; Woda: 1569.35 g; Popiół: 22.97 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-12		
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 30g , Brzoskwinia 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 50g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g , Cukinia duszona 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1092.29 kcal; Energia: 4583.36 kJ; Białko ogółem: 52.79 g; białko zwierzęce: 37.70 g; białko roślinne: 13.48 g; Tłuszcz: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 148.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.43 g; Sód: 1189.97 mg; Potas: 2310.90 mg; Wapń: 634.06 mg; Fosfor: 831.90 mg; Błonnik pokarmowy: 15.66 g; suma cukrów prostych: 39.44 g; Woda: 915.89 g; Popiół: 10.24 g;		
piątek 2026-06-12		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Połędwica premium 20g , Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Cukinia duszona 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Biszkopty 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1534.22 kcal; Energia: 6435.47 kJ; Białko ogółem: 76.63 g; białko zwierzęce: 51.60 g; białko roślinne: 22.83 g; Tłuszcz: 45.12 g; Węglowodany ogółem: 223.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.91 g; Sód: 2239.93 mg; Potas: 3310.24 mg; Wapń: 837.08 mg; Fosfor: 1346.33 mg; Błonnik pokarmowy: 20.17 g; suma cukrów prostych: 49.56 g; Woda: 1140.60 g; Popiół: 16.16 g;		
piątek 2026-06-12		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Połędwica premium 25g , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Brzoskwinia 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g ,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dorsz parowany 90g (GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g , Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Biszkopty 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z indyka 25g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1914.65 kcal; Energia: 8027.60 kJ; Białko ogółem: 92.12 g; białko zwierzęce: 61.06 g; białko roślinne: 28.86 g; Tłuszcz: 58.81 g; Węglowodany ogółem: 276.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.49 g; Sód: 2893.33 mg; Potas: 4143.48 mg; Wapń: 920.67 mg; Fosfor: 1601.68 mg; Błonnik pokarmowy: 25.14 g; suma cukrów prostych: 53.10 g; Woda: 1334.52 g; Popiół: 19.84 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-13 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Ogórek zielony 60g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 30g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa pieczarkowa z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Surówka z selera z rodzynkami 60g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 972.47 kcal; Energia: 3696.03 kJ; Białko ogółem: 45.56 g; białko zwierzęce: 32.45 g; białko roślinne: 10.77 g; Tłuszcz: 44.76 g; Węglowodany ogółem: 107.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.82 g; Sód: 903.03 mg; Potas: 2011.04 mg; Wapń: 420.92 mg; Fosfor: 788.33 mg; Błonnik pokarmowy: 11.71 g; suma cukrów prostych: 18.38 g; Woda: 655.54 g; Popiół: 8.09 g;		
sobota 2026-06-13 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Ogórek zielony 50g , Chleb razowy 30g , Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka drobiowa 20g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa pieczarkowa z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g , Surówka z selera z rodzynkami 100g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1715.20 kcal; Energia: 6807.18 kJ; Białko ogółem: 78.61 g; białko zwierzęce: 51.62 g; białko roślinne: 24.33 g; Tłuszcz: 63.10 g; Węglowodany ogółem: 225.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.94 g; Sód: 1953.28 mg; Potas: 2784.35 mg; Wapń: 542.07 mg; Fosfor: 1170.93 mg; Błonnik pokarmowy: 19.80 g; suma cukrów prostych: 29.61 g; Woda: 814.62 g; Popiół: 12.83 g;		
sobota 2026-06-13 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Ogórek zielony 50g , Chleb razowy 50g , Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka drobiowa 25g , Kakao 200ml (MLEKO),	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 230g , Surówka z selera z rodzynkami 120g (MLEKO, SELER), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 25g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2056.97 kcal; Energia: 7985.58 kJ; Białko ogółem: 87.99 g; białko zwierzęce: 54.11 g; białko roślinne: 29.66 g; Tłuszcz: 73.33 g; Węglowodany ogółem: 282.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.97 g; Sód: 2396.33 mg; Potas: 3599.92 mg; Wapń: 588.21 mg; Fosfor: 1324.71 mg; Błonnik pokarmowy: 24.64 g; suma cukrów prostych: 31.78 g; Woda: 968.47 g; Popiół: 15.83 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-13		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 60g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szyunka drobiowa 30g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa koperkowa z ryżem 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Zraz z indyka duszony 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Brokuły parowane 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 30g , Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 844.31 kcal; Energia: 3542.86 kJ; Białko ogółem: 39.71 g; białko zwierzęce: 27.30 g; białko roślinne: 12.09 g; Tłuszcz: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 106.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.54 g; Sód: 719.03 mg; Potas: 1771.62 mg; Wapń: 367.02 mg; Fosfor: 568.22 mg; Błonnik pokarmowy: 11.43 g; suma cukrów prostych: 17.21 g; Woda: 548.51 g; Popiół: 6.86 g;		
sobota 2026-06-13		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek z ziołami 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Szyunka drobiowa 20g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zraz z indyka duszony 90g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Sos pomidorowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g , Brokuły parowane 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Zupa koperkowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1572.63 kcal; Energia: 6591.63 kJ; Białko ogółem: 79.04 g; białko zwierzęce: 53.07 g; białko roślinne: 25.65 g; Tłuszcz: 51.36 g; Węglowodany ogółem: 214.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.79 g; Sód: 1687.27 mg; Potas: 2707.75 mg; Wapń: 524.69 mg; Fosfor: 1155.28 mg; Błonnik pokarmowy: 18.03 g; suma cukrów prostych: 29.06 g; Woda: 760.40 g; Popiół: 12.06 g;		
sobota 2026-06-13		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Twarożek z ziołami 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Szyunka drobiowa 25g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa koperkowa z ryżem 300g (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 230g , Brokuły parowane 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 25g , Pasta rybna z łososia z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1897.91 kcal; Energia: 7953.86 kJ; Białko ogółem: 88.09 g; białko zwierzęce: 55.59 g; białko roślinne: 32.19 g; Tłuszcz: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 268.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.84 g; Sód: 2208.55 mg; Potas: 3536.69 mg; Wapń: 573.23 mg; Fosfor: 1324.26 mg; Błonnik pokarmowy: 23.29 g; suma cukrów prostych: 31.20 g; Woda: 912.36 g; Popiół: 15.37 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-14 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Pomidor 60g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy 100g 1szt ,	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 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 60g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1007.93 kcal; Energia: 4223.03 kJ; Białko ogółem: 40.70 g; białko zwierzęce: 28.41 g; białko roślinne: 12.29 g; Tłuszcz: 44.16 g; Węglowodany ogółem: 125.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.51 g; Sód: 843.36 mg; Potas: 2134.48 mg; Wapń: 597.87 mg; Fosfor: 794.62 mg; Błonnik pokarmowy: 13.61 g; suma cukrów prostych: 37.84 g; Woda: 807.63 g; Popiół: 8.62 g;		
niedziela 2026-06-14 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy 100g 1szt ,	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 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kurczak gotowany 25g (SELER, GORCZYCA), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1503.29 kcal; Energia: 6292.62 kJ; Białko ogółem: 69.60 g; białko zwierzęce: 47.98 g; białko roślinne: 21.62 g; Tłuszcz: 56.01 g; Węglowodany ogółem: 200.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.19 g; Sód: 1855.32 mg; Potas: 3121.47 mg; Wapń: 713.11 mg; Fosfor: 1240.40 mg; Błonnik pokarmowy: 21.77 g; suma cukrów prostych: 41.76 g; Woda: 1019.21 g; Popiół: 13.96 g;		
niedziela 2026-06-14 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy 100g 1szt ,	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 200ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kurczak gotowany 25g (SELER, GORCZYCA), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1891.98 kcal; Energia: 7918.72 kJ; Białko ogółem: 79.94 g; białko zwierzęce: 50.44 g; białko roślinne: 29.50 g; Tłuszcz: 67.34 g; Węglowodany ogółem: 267.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.66 g; Sód: 2421.23 mg; Potas: 4259.71 mg; Wapń: 770.39 mg; Fosfor: 1465.62 mg; Błonnik pokarmowy: 28.43 g; suma cukrów prostych: 44.37 g; Woda: 1242.79 g; Popiół: 18.09 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-14 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 60g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy 100g 1szt ,	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 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1013.45 kcal; Energia: 4248.08 kJ; Białko ogółem: 40.12 g; białko zwierzęce: 28.39 g; białko roślinne: 11.73 g; Tłuszcz: 45.52 g; Węglowodany ogółem: 124.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.57 g; Sód: 839.15 mg; Potas: 2210.98 mg; Wapń: 600.96 mg; Fosfor: 804.10 mg; Błonnik pokarmowy: 13.38 g; suma cukrów prostych: 38.69 g; Woda: 823.84 g; Popiół: 8.58 g;		
niedziela 2026-06-14 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy 100g 1szt ,	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 , Dynia duszona 100g , Kompot owocowy 200ml , Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1497.48 kcal; Energia: 6269.18 kJ; Białko ogółem: 68.32 g; białko zwierzęce: 46.75 g; białko roślinne: 21.57 g; Tłuszcz: 55.94 g; Węglowodany ogółem: 200.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.17 g; Sód: 1811.26 mg; Potas: 3098.60 mg; Wapń: 712.67 mg; Fosfor: 1226.27 mg; Błonnik pokarmowy: 21.77 g; suma cukrów prostych: 41.76 g; Woda: 1014.46 g; Popiół: 13.81 g;		
niedziela 2026-06-14 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt owocowy 100g 1szt ,	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 200ml , Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Pudding 125g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kurczak gotowany 25g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1893.91 kcal; Energia: 7929.22 kJ; Białko ogółem: 78.33 g; białko zwierzęce: 50.39 g; białko roślinne: 27.95 g; Tłuszcz: 69.95 g; Węglowodany ogółem: 264.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.77 g; Sód: 2410.49 mg; Potas: 4221.66 mg; Wapń: 785.94 mg; Fosfor: 1471.38 mg; Błonnik pokarmowy: 28.24 g; suma cukrów prostych: 46.01 g; Woda: 1221.40 g; Popiół: 17.80 g;		
poniedziałek 2026-06-15 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty 30g (MLEKO), Papryka 60g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa botwinka z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Wafelek 20g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica sopočka 30g , Ogórek zielony 60g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1169.51 kcal; Energia: 4526.07 kJ; Białko ogółem: 49.27 g; białko zwierzęce: 34.90 g; białko roślinne: 10.83 g; Tłuszcz: 52.10 g; Węglowodany ogółem: 136.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.30 g; Sód: 1086.14 mg; Potas: 2060.61 mg; Wapń: 786.74 mg; Fosfor: 892.75 mg; Błonnik pokarmowy: 10.95 g; suma cukrów prostych: 28.04 g; Woda: 751.39 g; Popiół: 9.65 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-15 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty 30g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa botwinka z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Mix салат z sosem vinegrette 50g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Wafelek 20g 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica sopocka 20g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1816.65 kcal; Energia: 7235.92 kJ; Białko ogółem: 75.03 g; białko zwierzęce: 48.17 g; białko roślinne: 23.32 g; Tłuszcz: 67.70 g; Węglowodany ogółem: 241.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.77 g; Sód: 1798.40 mg; Potas: 2830.02 mg; Wapń: 891.89 mg; Fosfor: 1289.68 mg; Błonnik pokarmowy: 16.90 g; suma cukrów prostych: 38.84 g; Woda: 881.89 g; Popiół: 13.94 g;		
poniedziałek 2026-06-15 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser żółty 25g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 25g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Sałata 10g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Mix салат z sosem vinegrette 50g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 230g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Wafelek 20g 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica sopocka 25g , Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2149.72 kcal; Energia: 8377.95 kJ; Białko ogółem: 84.35 g; białko zwierzęce: 51.53 g; białko roślinne: 27.73 g; Tłuszcz: 78.19 g; Węglowodany ogółem: 295.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.40 g; Sód: 2229.67 mg; Potas: 3624.04 mg; Wapń: 895.61 mg; Fosfor: 1431.66 mg; Błonnik pokarmowy: 20.70 g; suma cukrów prostych: 40.75 g; Woda: 1037.37 g; Popiół: 16.67 g;		
poniedziałek 2026-06-15 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica sopocka 30g , Pomidor 60g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa botwinka z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Mix салат z sosem vinegrette 60g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Herbatniki 14g 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml , Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1066.74 kcal; Energia: 4472.24 kJ; Białko ogółem: 47.19 g; białko zwierzęce: 33.82 g; białko roślinne: 13.38 g; Tłuszcz: 43.84 g; Węglowodany ogółem: 132.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.30 g; Sód: 1219.70 mg; Potas: 2220.15 mg; Wapń: 600.27 mg; Fosfor: 872.77 mg; Błonnik pokarmowy: 12.40 g; suma cukrów prostych: 35.93 g; Woda: 756.80 g; Popiół: 9.40 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-15 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 30g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa botwinka z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Mix салат z sosem vinegrette 50g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Herbatniki 14g 1szt,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica sopocka 20g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1700.65 kcal; Energia: 7125.96 kJ; Białko ogółem: 71.88 g; białko zwierzęce: 45.93 g; białko roślinne: 25.94 g; Tłuszcz: 58.53 g; Węglowodany ogółem: 238.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.19 g; Sód: 1736.45 mg; Potas: 2971.49 mg; Wapń: 691.62 mg; Fosfor: 1263.81 mg; Błonnik pokarmowy: 18.43 g; suma cukrów prostych: 45.88 g; Woda: 871.21 g; Popiół: 13.48 g;		
poniedziałek 2026-06-15 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella light (kulka) 50g, Szynka dębowa drobiowa 25g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotleć mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Mix салат z sosem vinegrette 50g (GLUTEN, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 230g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Herbatniki 14g 1szt,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Polędwica sopocka 25g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2080.82 kcal; Energia: 8717.59 kJ; Białko ogółem: 86.36 g; białko zwierzęce: 45.30 g; białko roślinne: 31.56 g; Tłuszcz: 73.32 g; Węglowodany ogółem: 289.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.88 g; Sód: 2298.02 mg; Potas: 3777.66 mg; Wapń: 718.29 mg; Fosfor: 1396.24 mg; Błonnik pokarmowy: 23.32 g; suma cukrów prostych: 47.35 g; Woda: 1009.19 g; Popiół: 16.55 g;		
wtorek 2026-06-16 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasztecik drobiowy 30g, Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Gulasz wieprzowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Surówka z młodej kapusty 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 30g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1262.82 kcal; Energia: 5233.79 kJ; Białko ogółem: 47.60 g; białko zwierzęce: 27.60 g; białko roślinne: 19.31 g; Tłuszcz: 52.16 g; Węglowodany ogółem: 167.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.42 g; Sód: 1027.25 mg; Potas: 2088.28 mg; Wapń: 590.52 mg; Fosfor: 998.38 mg; Błonnik pokarmowy: 18.42 g; suma cukrów prostych: 30.71 g; Woda: 652.84 g; Popiół: 9.23 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-16 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 , Pasztet drobiowy 50g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 150g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Gulasz wieprzowy 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Surówka z młodej kapusty 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1976.91 kcal; Energia: 8184.79 kJ; Białko ogółem: 78.05 g; białko zwierzęce: 45.94 g; białko roślinne: 30.96 g; Tłuszcz: 74.30 g; Węglowodany ogółem: 275.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.95 g; Sód: 1950.22 mg; Potas: 3104.40 mg; Wapń: 696.47 mg; Fosfor: 1475.88 mg; Błonnik pokarmowy: 28.77 g; suma cukrów prostych: 39.49 g; Woda: 1001.76 g; Popiół: 14.38 g;		
wtorek 2026-06-16 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 25g , Pasztet drobiowy 50g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 150g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 130g (GLUTEN), Gulasz wieprzowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Surówka z młodej kapusty 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 25g (SELER, GORCZYCA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2486.59 kcal; Energia: 10298.63 kJ; Białko ogółem: 96.00 g; białko zwierzęce: 56.74 g; białko roślinne: 37.88 g; Tłuszcz: 98.75 g; Węglowodany ogółem: 335.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.80 g; Sód: 2381.16 mg; Potas: 3585.25 mg; Wapń: 740.20 mg; Fosfor: 1754.00 mg; Błonnik pokarmowy: 34.95 g; suma cukrów prostych: 41.16 g; Woda: 1078.81 g; Popiół: 16.86 g;		
wtorek 2026-06-16 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 30g , Pomidor 60g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Gulasz wieprzowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dynia duszona 60g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 30g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1140.22 kcal; Energia: 4778.78 kJ; Białko ogółem: 41.84 g; białko zwierzęce: 27.60 g; białko roślinne: 14.24 g; Tłuszcz: 51.55 g; Węglowodany ogółem: 142.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.29 g; Sód: 956.75 mg; Potas: 2005.17 mg; Wapń: 608.39 mg; Fosfor: 914.35 mg; Błonnik pokarmowy: 15.21 g; suma cukrów prostych: 29.58 g; Woda: 709.33 g; Popiół: 8.87 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-16 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, Serek włoski 30g (MLEKO), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 150g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Gulasz wieprzowy 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dynia duszona 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1935.56 kcal; Energia: 8011.29 kJ; Białko ogółem: 81.56 g; białko zwierzęce: 51.55 g; białko roślinne: 28.86 g; Tłuszcz: 74.86 g; Węglowodany ogółem: 258.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.64 g; Sód: 1938.17 mg; Potas: 2997.30 mg; Wapń: 712.42 mg; Fosfor: 1478.98 mg; Błonnik pokarmowy: 26.77 g; suma cukrów prostych: 38.48 g; Woda: 1019.87 g; Popiół: 14.14 g;		
wtorek 2026-06-16 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 90g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 25g, Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 150g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 100g (GLUTEN), Gulasz wieprzowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Dynia duszona 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 90g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 25g (SELER, GORCZYCA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2222.40 kcal; Energia: 9212.34 kJ; Białko ogółem: 88.78 g; białko zwierzęce: 56.46 g; białko roślinne: 31.17 g; Tłuszcz: 95.80 g; Węglowodany ogółem: 278.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.33 g; Sód: 2234.03 mg; Potas: 3213.54 mg; Wapń: 703.70 mg; Fosfor: 1572.32 mg; Błonnik pokarmowy: 28.64 g; suma cukrów prostych: 38.18 g; Woda: 1043.19 g; Popiół: 15.34 g;		
środa 2026-06-17 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Kakao 200ml (MLEKO), Brzoskwinia 200g, Serek włoski 50g (MLEKO),	Zupa minestrone z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Fasolka szparagowa parowana 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 60g, Kompot owocowy 200ml, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt,	Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty 30g (MLEKO), Papryka 50g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1005.32 kcal; Energia: 4212.47 kJ; Białko ogółem: 55.20 g; białko zwierzęce: 41.61 g; białko roślinne: 13.59 g; Tłuszcz: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 123.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.16 g; Sód: 1103.77 mg; Potas: 2121.38 mg; Wapń: 697.30 mg; Fosfor: 932.70 mg; Błonnik pokarmowy: 16.05 g; suma cukrów prostych: 31.40 g; Woda: 752.45 g; Popiół: 9.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-17 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Brzoskwinia 200g , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt , Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA),	Zupa minestrone z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Fasolka szparagowa parowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 100g , Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt ,	Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty 30g (MLEKO), Papryka 50g , Sałata 10g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1711.30 kcal; Energia: 7160.38 kJ; Białko ogółem: 85.10 g; białko zwierzęce: 57.55 g; białko roślinne: 27.55 g; Tłuszcz: 51.02 g; Węglowodany ogółem: 248.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.71 g; Sód: 1895.98 mg; Potas: 3099.32 mg; Wapń: 848.48 mg; Fosfor: 1360.48 mg; Błonnik pokarmowy: 23.33 g; suma cukrów prostych: 56.68 g; Woda: 983.94 g; Popiół: 15.44 g;		
środa 2026-06-17 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Brzoskwinia 200g , Kurczak gotowany 25g (SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt , Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa minestrone z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Fasolka szparagowa parowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 230g , Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt ,	Pierś delikatna z kurnej półki 25g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser żółty 25g (MLEKO), Papryka 50g , Sałata 10g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2019.64 kcal; Energia: 8449.19 kJ; Białko ogółem: 93.09 g; białko zwierzęce: 58.99 g; białko roślinne: 34.11 g; Tłuszcz: 59.86 g; Węglowodany ogółem: 302.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.75 g; Sód: 2555.41 mg; Potas: 3908.74 mg; Wapń: 855.27 mg; Fosfor: 1521.13 mg; Błonnik pokarmowy: 28.76 g; suma cukrów prostych: 58.69 g; Woda: 1136.81 g; Popiół: 18.93 g;		
środa 2026-06-17 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Brzoskwinia 200g , Kakao 200ml (MLEKO), Serek włoski 50g (MLEKO),	Zupa minestrone z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Fasolka szparagowa parowana 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 60g , Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt ,	Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Sałata 10g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 958.82 kcal; Energia: 4017.77 kJ; Białko ogółem: 50.64 g; białko zwierzęce: 37.05 g; białko roślinne: 13.59 g; Tłuszcz: 35.55 g; Węglowodany ogółem: 124.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.02 g; Sód: 848.47 mg; Potas: 2131.58 mg; Wapń: 484.60 mg; Fosfor: 819.90 mg; Błonnik pokarmowy: 16.05 g; suma cukrów prostych: 31.97 g; Woda: 760.76 g; Popiół: 8.87 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-17		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Brzoskwinia 200g, Kurczak gotowany 25g (SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt, Pierś delikatna z kurnej półki 25g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA),	Zupa minestrone z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Fasolka szparagowa parowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 100g, Kompot owocowy 200ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt,	Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Chleb zwykły 90g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1872.08 kcal; Energia: 7832.55 kJ; Białko ogółem: 88.77 g; białko zwierzęce: 58.83 g; białko roślinne: 29.94 g; Tłuszcz: 59.41 g; Węglowodany ogółem: 268.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.68 g; Sód: 2210.28 mg; Potas: 3217.81 mg; Wapń: 829.38 mg; Fosfor: 1415.38 mg; Błonnik pokarmowy: 25.16 g; suma cukrów prostych: 57.53 g; Woda: 1002.59 g; Popiół: 16.49 g;		
środa 2026-06-17		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Rogal 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Brzoskwinia 200g, Kurczak gotowany 25g (SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Jogurt pitny naturalny 1szt, Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa minestrone z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pierś z kurczaka pieczona 90g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Fasolka szparagowa parowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot owocowy 200ml, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt,	Pierś delikatna z kurnej półki 25g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Chleb zwykły 90g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g, Sałata 10g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1949.08 kcal; Energia: 8154.55 kJ; Białko ogółem: 90.67 g; białko zwierzęce: 58.83 g; białko roślinne: 31.84 g; Tłuszcz: 59.51 g; Węglowodany ogółem: 286.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.69 g; Sód: 2433.12 mg; Potas: 3660.81 mg; Wapń: 833.54 mg; Fosfor: 1471.43 mg; Błonnik pokarmowy: 26.66 g; suma cukrów prostych: 58.03 g; Woda: 1081.39 g; Popiół: 17.95 g;		
czwartek 2026-06-18		
Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Pomidor 60g, Kakao 200ml (MLEKO),	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 200ml, Ziemniaki gotowane 60g, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Ser żółty 30g (MLEKO), Ogórek zielony 60g, Herbata z cytryną 200ml, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA),
Wartości odżywcze: Energia: 1195.99 kcal; Energia: 4633.14 kJ; Białko ogółem: 48.88 g; białko zwierzęce: 38.09 g; białko roślinne: 8.45 g; Tłuszcz: 46.53 g; Węglowodany ogółem: 153.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.73 g; Sód: 1178.01 mg; Potas: 1970.79 mg; Wapń: 842.89 mg; Fosfor: 879.26 mg; Błonnik pokarmowy: 8.84 g; suma cukrów prostych: 55.96 g; Woda: 798.56 g; Popiół: 9.78 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-18 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 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	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 200ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty 30g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1693.05 kcal; Energia: 6085.36 kJ; Białko ogółem: 77.86 g; białko zwierzęce: 58.57 g; białko roślinne: 13.05 g; Tłuszcz: 57.66 g; Węglowodany ogółem: 225.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.69 g; Sód: 2051.47 mg; Potas: 2726.38 mg; Wapń: 932.91 mg; Fosfor: 1326.72 mg; Błonnik pokarmowy: 12.96 g; suma cukrów prostych: 57.99 g; Woda: 999.81 g; Popiół: 13.64 g;		
czwartek 2026-06-18 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	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 200ml , Ziemniaki gotowane 230g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło 15g/szt 1Por , Ser żółty 25g (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 25g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1888.50 kcal; Energia: 7280.62 kJ; Białko ogółem: 81.97 g; białko zwierzęce: 60.14 g; białko roślinne: 17.83 g; Tłuszcz: 67.95 g; Węglowodany ogółem: 251.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.98 g; Sód: 2640.90 mg; Potas: 3474.58 mg; Wapń: 922.07 mg; Fosfor: 1448.72 mg; Błonnik pokarmowy: 16.85 g; suma cukrów prostych: 59.52 g; Woda: 1147.35 g; Popiół: 16.65 g;		
czwartek 2026-06-18 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Pomidor 60g , Kakao 200ml (MLEKO),	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), Szpinak gotowany 60g (MLEKO), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1126.00 kcal; Energia: 4714.91 kJ; Białko ogółem: 44.34 g; białko zwierzęce: 33.10 g; białko roślinne: 11.24 g; Tłuszcz: 43.12 g; Węglowodany ogółem: 151.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.63 g; Sód: 974.10 mg; Potas: 2142.07 mg; Wapń: 665.62 mg; Fosfor: 798.03 mg; Błonnik pokarmowy: 11.95 g; suma cukrów prostych: 57.08 g; Woda: 778.31 g; Popiół: 9.44 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-18 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 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt, Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO),	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), Szpinak gotowany 100g (MLEKO), Kompot owocowy 200ml, Ziemniaki gotowane 100g, Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Szynka dębową drobiową 20g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1596.29 kcal; Energia: 6684.15 kJ; Białko ogółem: 73.55 g; białko zwierzęce: 53.91 g; białko roślinne: 19.64 g; Tłuszcz: 54.75 g; Węglowodany ogółem: 220.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.90 g; Sód: 2007.32 mg; Potas: 3015.41 mg; Wapń: 800.92 mg; Fosfor: 1323.32 mg; Błonnik pokarmowy: 19.59 g; suma cukrów prostych: 60.15 g; Woda: 988.99 g; Popiół: 14.43 g;		
czwartek 2026-06-18 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane 1szt (JAJA), Jogurt owocowy 100g 1szt, Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO),	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), Szpinak gotowany 120g (MLEKO), Kompot owocowy 200ml, Ziemniaki gotowane 230g, Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło 15g/szt 1Por, Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Szynka dębową drobiową 25g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1976.02 kcal; Energia: 8272.34 kJ; Białko ogółem: 85.35 g; białko zwierzęce: 59.24 g; białko roślinne: 26.01 g; Tłuszcz: 68.97 g; Węglowodany ogółem: 275.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.13 g; Sód: 2733.79 mg; Potas: 3846.89 mg; Wapń: 871.51 mg; Fosfor: 1528.47 mg; Błonnik pokarmowy: 24.98 g; suma cukrów prostych: 62.59 g; Woda: 1155.00 g; Popiół: 18.31 g;		
piątek 2026-06-19 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 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g,	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 200ml, Podwieczorek: Biszkopt 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 60g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1184.13 kcal; Energia: 4589.56 kJ; Białko ogółem: 49.78 g; białko zwierzęce: 33.54 g; białko roślinne: 11.70 g; Tłuszcz: 51.61 g; Węglowodany ogółem: 141.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.88 g; Sód: 1224.53 mg; Potas: 2119.13 mg; Wapń: 724.80 mg; Fosfor: 1005.92 mg; Błonnik pokarmowy: 12.06 g; suma cukrów prostych: 34.76 g; Woda: 816.09 g; Popiół: 10.11 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-19 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 30g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Banan 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 100g , Marchewka z groszkiem 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Biszkopity 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1974.28 kcal; Energia: 7898.27 kJ; Białko ogółem: 82.44 g; białko zwierzęce: 52.68 g; białko roślinne: 25.22 g; Tłuszcz: 67.39 g; Węglowodany ogółem: 279.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.73 g; Sód: 2493.23 mg; Potas: 3805.88 mg; Wapń: 916.81 mg; Fosfor: 1562.53 mg; Błonnik pokarmowy: 22.80 g; suma cukrów prostych: 67.90 g; Woda: 1256.74 g; Popiół: 17.50 g;		
piątek 2026-06-19 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 25g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Banan 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g ,	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 200ml , Podwieczorek: Biszkopity 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Kurczak gotowany 25g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2358.32 kcal; Energia: 9253.02 kJ; Białko ogółem: 96.78 g; białko zwierzęce: 60.40 g; białko roślinne: 30.28 g; Tłuszcz: 80.90 g; Węglowodany ogółem: 334.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.37 g; Sód: 3088.38 mg; Potas: 4595.74 mg; Wapń: 981.60 mg; Fosfor: 1778.70 mg; Błonnik pokarmowy: 27.20 g; suma cukrów prostych: 70.81 g; Woda: 1437.28 g; Popiół: 20.83 g;		
piątek 2026-06-19 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO), Pomidor 60g ,	Zupa ryżowa 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 , Dynia duszona 60g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Biszkopity 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 60g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1144.28 kcal; Energia: 4799.57 kJ; Białko ogółem: 47.54 g; białko zwierzęce: 33.86 g; białko roślinne: 11.47 g; Tłuszcz: 51.06 g; Węglowodany ogółem: 135.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.64 g; Sód: 1262.56 mg; Potas: 2206.79 mg; Wapń: 763.99 mg; Fosfor: 1028.59 mg; Błonnik pokarmowy: 12.22 g; suma cukrów prostych: 35.72 g; Woda: 826.77 g; Popiół: 10.56 g;		
piątek 2026-06-19 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (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), Serek wiejski 30g (MLEKO, LAKTOZA), Banan 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Pomidor 50g ,	Zupa ryżowa 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Dynia duszona 100g , Kompot owocowy 200ml , Jajka w sosie koperkowym 2 szt./100ml 1Por (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Podwieczorek: Biszkopity 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1922.28 kcal; Energia: 8057.08 kJ; Białko ogółem: 78.84 g; białko zwierzęce: 53.01 g; białko roślinne: 23.63 g; Tłuszcz: 66.70 g; Węglowodany ogółem: 271.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.40 g; Sód: 2496.97 mg; Potas: 3865.23 mg; Wapń: 972.22 mg; Fosfor: 1569.20 mg; Błonnik pokarmowy: 22.06 g; suma cukrów prostych: 68.95 g; Woda: 1259.95 g; Popiół: 17.89 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-19 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 25g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Serek wiejski 50g (MLEKO, LAKTOZA), Banan 150g , Kakao 200ml (MLEKO), Pomidor 50g ,	Zupa ryżowa 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 , Dynia duszona 120g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Biszkopty 20g 1szt (GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Kurczak gotowany 25g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2290.63 kcal; Energia: 9598.19 kJ; Białko ogółem: 92.49 g; białko zwierzęce: 60.94 g; białko roślinne: 29.35 g; Tłuszcz: 80.17 g; Węglowodany ogółem: 324.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.03 g; Sód: 3161.57 mg; Potas: 4704.90 mg; Wapń: 1057.26 mg; Fosfor: 1812.25 mg; Błonnik pokarmowy: 27.26 g; suma cukrów prostych: 72.43 g; Woda: 1447.77 g; Popiół: 21.62 g;		
sobota 2026-06-20 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Salatka jarzynowa 60g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 30g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa kalarepowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowo-warzywny z szynki 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 30g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Mix sałat 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1055.33 kcal; Energia: 4420.38 kJ; Białko ogółem: 35.66 g; białko zwierzęce: 20.15 g; białko roślinne: 15.18 g; Tłuszcz: 44.50 g; Węglowodany ogółem: 144.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.02 g; Sód: 855.44 mg; Potas: 1594.79 mg; Wapń: 441.02 mg; Fosfor: 718.80 mg; Błonnik pokarmowy: 16.72 g; suma cukrów prostych: 20.02 g; Woda: 573.07 g; Popiół: 7.57 g;		
sobota 2026-06-20 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Salatka jarzynowa 100g , Chleb razowy 30g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka dębową drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa kalarepowa z ziemniakami 250ml (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 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Serek włoski 30g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Mix sałat 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1710.96 kcal; Energia: 7165.77 kJ; Białko ogółem: 63.85 g; białko zwierzęce: 37.49 g; białko roślinne: 26.04 g; Tłuszcz: 70.50 g; Węglowodany ogółem: 229.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.78 g; Sód: 2056.10 mg; Potas: 2379.41 mg; Wapń: 543.72 mg; Fosfor: 1134.33 mg; Błonnik pokarmowy: 24.98 g; suma cukrów prostych: 23.84 g; Woda: 784.05 g; Popiół: 12.33 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-20 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Salatka jarzynowa 100g , Chleb razowy 50g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka dębowa drobiowa 25g (., SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa kalarepowa z ziemniakami 300ml (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 130g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 25g , Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Mix sałat 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2094.45 kcal; Energia: 8770.63 kJ; Białko ogółem: 76.43 g; białko zwierzęce: 43.75 g; białko roślinne: 32.36 g; Tłuszcz: 83.64 g; Węglowodany ogółem: 288.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.05 g; Sód: 2382.39 mg; Potas: 2755.75 mg; Wapń: 618.72 mg; Fosfor: 1369.13 mg; Błonnik pokarmowy: 30.92 g; suma cukrów prostych: 26.30 g; Woda: 868.31 g; Popiół: 14.42 g;		
sobota 2026-06-20 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 60g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 10g , Pasta z kurczaka i marchewki 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa kalarepowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet wieprzowo-warzywny z szynki 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 60g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Mix sałat 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 948.07 kcal; Energia: 3974.19 kJ; Białko ogółem: 32.91 g; białko zwierzęce: 19.35 g; białko roślinne: 13.42 g; Tłuszcz: 41.74 g; Węglowodany ogółem: 125.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.17 g; Sód: 588.44 mg; Potas: 1659.36 mg; Wapń: 389.61 mg; Fosfor: 612.38 mg; Błonnik pokarmowy: 15.45 g; suma cukrów prostych: 18.24 g; Woda: 560.06 g; Popiół: 6.72 g;		
sobota 2026-06-20 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta z kurczaka i marchewki 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa kalarepowa z ziemniakami 250ml (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 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Serek włoski 30g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Mix sałat 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1666.43 kcal; Energia: 6982.27 kJ; Białko ogółem: 60.54 g; białko zwierzęce: 35.50 g; białko roślinne: 24.71 g; Tłuszcz: 68.86 g; Węglowodany ogółem: 224.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.49 g; Sód: 1738.47 mg; Potas: 2463.31 mg; Wapń: 518.13 mg; Fosfor: 1105.49 mg; Błonnik pokarmowy: 24.14 g; suma cukrów prostych: 23.37 g; Woda: 755.07 g; Popiół: 11.57 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-20		
Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta z kurczaka i marchewki 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Szynka dębowa drobiowa 25g (., SELER, GORCZYCA), Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa kalarepowa z ziemniakami 300ml (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 130g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 25g , Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Mix sałat 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2049.91 kcal; Energia: 8587.12 kJ; Białko ogółem: 73.13 g; białko zwierzęce: 41.76 g; białko roślinne: 31.04 g; Tłuszcz: 82.00 g; Węglowodany ogółem: 283.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.77 g; Sód: 2064.76 mg; Potas: 2839.65 mg; Wapń: 593.13 mg; Fosfor: 1340.29 mg; Błonnik pokarmowy: 30.08 g; suma cukrów prostych: 25.84 g; Woda: 839.33 g; Popiół: 13.67 g;		

Dietetyk

.....