

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-21 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Pomidor 50g , Chleb razowy 50g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 10g (MLEKO), Kakao 200ml (MLEKO), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA),	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), Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 60g , Kapusta czerwona gotowana 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO), Ciasteczka zbożowe 25g 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA),	Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1114.67 kcal; Energia: 3660.75 kJ; Białko ogółem: 48.83 g; białko zwierzęce: 32.29 g; białko roślinne: 10.30 g; Tłuszcz: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 146.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.95 g; Sód: 642.14 mg; Potas: 2139.89 mg; Wapń: 593.37 mg; Fosfor: 760.76 mg; Błonnik pokarmowy: 10.46 g; suma cukrów prostych: 28.04 g; Woda: 795.73 g; Popiół: 8.28 g;		
niedziela 2026-06-21 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek włoski 30g (MLEKO), Kakao 200ml (MLEKO),	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), Sos pietruszkowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 100g , Kapusta czerwona gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO), Ciasteczka zbożowe 25g 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1539.96 kcal; Energia: 5440.73 kJ; Białko ogółem: 70.46 g; białko zwierzęce: 45.97 g; białko roślinne: 18.25 g; Tłuszcz: 52.14 g; Węglowodany ogółem: 212.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.07 g; Sód: 1190.96 mg; Potas: 2947.20 mg; Wapń: 712.84 mg; Fosfor: 1108.60 mg; Błonnik pokarmowy: 17.74 g; suma cukrów prostych: 31.95 g; Woda: 990.23 g; Popiół: 12.07 g;		
niedziela 2026-06-21 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Kakao 200ml (MLEKO),	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), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 230g , Kapusta czerwona gotowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO), Ciasteczka zbożowe 25g 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2000.21 kcal; Energia: 7113.13 kJ; Białko ogółem: 88.15 g; białko zwierzęce: 56.07 g; białko roślinne: 24.29 g; Tłuszcz: 67.91 g; Węglowodany ogółem: 278.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.28 g; Sód: 1668.16 mg; Potas: 4050.09 mg; Wapń: 792.36 mg; Fosfor: 1364.12 mg; Błonnik pokarmowy: 22.79 g; suma cukrów prostych: 34.91 g; Woda: 1220.93 g; Popiół: 15.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-21Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 10g (MLEKO), Kakao 200ml (MLEKO), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA),	Udko z kurczaka b/k pieczone 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Rosół z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 60g , Cukinia duszona 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO), Ciasteczka zbożowe 25g 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1011.61 kcal; Energia: 4237.63 kJ; Białko ogółem: 46.21 g; białko zwierzęce: 32.92 g; białko roślinne: 13.29 g; Tłuszcz: 41.64 g; Węglowodany ogółem: 125.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.14 g; Sód: 928.25 mg; Potas: 2309.74 mg; Wapń: 599.91 mg; Fosfor: 853.23 mg; Błonnik pokarmowy: 13.03 g; suma cukrów prostych: 29.48 g; Woda: 788.89 g; Popiół: 9.11 g;		
niedziela 2026-06-21Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek włoski 30g (MLEKO), Kakao 200ml (MLEKO),	Rosół z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 100g , Cukinia duszona 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Udko z kurczaka b/k duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO), Ciasteczka zbożowe 25g 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1625.25 kcal; Energia: 6808.19 kJ; Białko ogółem: 82.57 g; białko zwierzęce: 60.62 g; białko roślinne: 21.95 g; Tłuszcz: 64.08 g; Węglowodany ogółem: 199.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.05 g; Sód: 1653.39 mg; Potas: 3423.75 mg; Wapń: 722.58 mg; Fosfor: 1402.75 mg; Błonnik pokarmowy: 20.65 g; suma cukrów prostych: 33.84 g; Woda: 1049.16 g; Popiół: 13.97 g;		
niedziela 2026-06-21Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Kakao 200ml (MLEKO),	Rosół z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Udko z kurczaka b/k duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 230g , Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Maślanka 200ml (MLEKO), Ciasteczka zbożowe 25g 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2071.69 kcal; Energia: 8675.26 kJ; Białko ogółem: 99.91 g; białko zwierzęce: 70.93 g; białko roślinne: 28.99 g; Tłuszcz: 80.21 g; Węglowodany ogółem: 262.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.00 g; Sód: 2227.41 mg; Potas: 4563.42 mg; Wapń: 806.32 mg; Fosfor: 1690.94 mg; Błonnik pokarmowy: 26.46 g; suma cukrów prostych: 37.28 g; Woda: 1283.95 g; Popiół: 18.10 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-22 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 30g , Ser żółty niskotłuszczowy 10g , Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa koperkowa 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), Bukiet jarzyn 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twaróg krajanka plaster 10g (MLEKO, LAKTOZA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1373.76 kcal; Energia: 5004.20 kJ; Białko ogółem: 47.79 g; białko zwierzęce: 28.92 g; białko roślinne: 14.18 g; Tłuszcz: 46.97 g; Węglowodany ogółem: 204.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.21 g; Sód: 791.13 mg; Potas: 2837.17 mg; Wapń: 583.60 mg; Fosfor: 892.38 mg; Błonnik pokarmowy: 16.59 g; suma cukrów prostych: 53.25 g; Woda: 888.93 g; Popiół: 10.28 g;		
poniedziałek 2026-06-22 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 30g , Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Chleb razowy 80g ,	Zupa koperkowa 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), Bukiet jarzyn 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twaróg krajanka plaster 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Mix sałat 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2020.29 kcal; Energia: 6449.78 kJ; Białko ogółem: 73.84 g; białko zwierzęce: 43.29 g; białko roślinne: 18.07 g; Tłuszcz: 66.39 g; Węglowodany ogółem: 297.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.89 g; Sód: 1034.75 mg; Potas: 3350.47 mg; Wapń: 646.21 mg; Fosfor: 1153.43 mg; Błonnik pokarmowy: 20.46 g; suma cukrów prostych: 54.66 g; Woda: 1019.44 g; Popiół: 12.45 g;		
poniedziałek 2026-06-22 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 30g , Parówka drobiowa min. 75% 60g , Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 100g (GLUTEN), Bukiet jarzyn 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Twaróg krajanka plaster 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Mix sałat 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2374.36 kcal; Energia: 7428.50 kJ; Białko ogółem: 87.40 g; białko zwierzęce: 52.20 g; białko roślinne: 19.60 g; Tłuszcz: 84.69 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.98 g; Sód: 1147.60 mg; Potas: 3666.29 mg; Wapń: 663.10 mg; Fosfor: 1294.92 mg; Błonnik pokarmowy: 21.94 g; suma cukrów prostych: 54.98 g; Woda: 1085.69 g; Popiół: 13.56 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-22 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 10g , Parówka drobiowa min. 75% 30g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa koperkowa 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), Bukiet jarzyn 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Twaróg krajanka plaster 10g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Mix sałat 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1329.84 kcal; Energia: 5574.74 kJ; Białko ogółem: 47.19 g; białko zwierzęce: 29.58 g; białko roślinne: 17.61 g; Tłuszcz: 47.02 g; Węglowodany ogółem: 198.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.38 g; Sód: 1086.06 mg; Potas: 3022.86 mg; Wapń: 609.62 mg; Fosfor: 978.79 mg; Błonnik pokarmowy: 19.65 g; suma cukrów prostych: 54.78 g; Woda: 879.51 g; Popiół: 11.31 g;		
poniedziałek 2026-06-22 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 30g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Parówka drobiowa min. 75% 60g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Bukiet jarzyn 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twaróg krajanka plaster 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Mix sałat 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1702.43 kcal; Energia: 7133.61 kJ; Białko ogółem: 65.47 g; białko zwierzęce: 42.75 g; białko roślinne: 22.72 g; Tłuszcz: 63.66 g; Węglowodany ogółem: 240.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.82 g; Sód: 1417.50 mg; Potas: 3544.88 mg; Wapń: 682.97 mg; Fosfor: 1255.43 mg; Błonnik pokarmowy: 24.65 g; suma cukrów prostych: 56.70 g; Woda: 1009.19 g; Popiół: 13.78 g;		
poniedziałek 2026-06-22 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 30g , Parówka drobiowa min. 75% 60g , Pomidor 80g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (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), Bukiet jarzyn 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Banan 150g ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Twaróg krajanka plaster 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 200ml , Mix sałat 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2363.94 kcal; Energia: 9904.36 kJ; Białko ogółem: 89.03 g; białko zwierzęce: 54.40 g; białko roślinne: 34.63 g; Tłuszcz: 86.08 g; Węglowodany ogółem: 341.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.75 g; Sód: 2140.46 mg; Potas: 4451.86 mg; Wapń: 784.88 mg; Fosfor: 1693.16 mg; Błonnik pokarmowy: 35.75 g; suma cukrów prostych: 60.37 g; Woda: 1187.64 g; Popiół: 18.12 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-23 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Brzoskwinia 130g , Schab z kija 20g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g , Kotlet mielony drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Surówka z kapusty białej z zieleniną 60g (MLEKO), Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 10g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 990.55 kcal; Energia: 3392.47 kJ; Białko ogółem: 38.96 g; białko zwierzęce: 23.14 g; białko roślinne: 9.54 g; Tłuszcz: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 140.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.16 g; Sód: 780.92 mg; Potas: 2230.83 mg; Wapń: 394.89 mg; Fosfor: 610.21 mg; Błonnik pokarmowy: 13.01 g; suma cukrów prostych: 25.03 g; Woda: 747.17 g; Popiół: 8.22 g;		
wtorek 2026-06-23 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab z kija 20g , Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Brzoskwinia 130g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (MLEKO), Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 50g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Serek włoski 30g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1471.07 kcal; Energia: 5151.86 kJ; Białko ogółem: 61.64 g; białko zwierzęce: 36.48 g; białko roślinne: 17.32 g; Tłuszcz: 45.38 g; Węglowodany ogółem: 219.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.13 g; Sód: 1411.87 mg; Potas: 3018.01 mg; Wapń: 538.33 mg; Fosfor: 971.78 mg; Błonnik pokarmowy: 20.26 g; suma cukrów prostych: 29.48 g; Woda: 940.99 g; Popiół: 12.19 g;		
wtorek 2026-06-23 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Masło śmietankowe 60% 15g , Schab z kija 30g , Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Brzoskwinia 130g , Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA),	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g , Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Surówka z kapusty białej z zieleniną 120g (MLEKO), Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1836.85 kcal; Energia: 7061.79 kJ; Białko ogółem: 77.73 g; białko zwierzęce: 45.43 g; białko roślinne: 26.58 g; Tłuszcz: 55.94 g; Węglowodany ogółem: 276.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.70 g; Sód: 2525.20 mg; Potas: 4027.86 mg; Wapń: 637.27 mg; Fosfor: 1285.89 mg; Błonnik pokarmowy: 25.55 g; suma cukrów prostych: 33.56 g; Woda: 1166.16 g; Popiół: 17.58 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-23 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab z kija 20g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Brzoskwinia 130g , Pasta twarogowa 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),	Zupa botwinka z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g , Kotlet mielony drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Dynia duszona 60g , Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 10g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 978.00 kcal; Energia: 4096.94 kJ; Białko ogółem: 38.04 g; białko zwierzęce: 23.32 g; białko roślinne: 13.13 g; Tłuszcz: 37.59 g; Węglowodany ogółem: 136.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.46 g; Sód: 1061.11 mg; Potas: 2383.33 mg; Wapń: 410.98 mg; Fosfor: 703.89 mg; Błonnik pokarmowy: 16.67 g; suma cukrów prostych: 27.01 g; Woda: 757.71 g; Popiół: 9.31 g;		
wtorek 2026-06-23 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Schab z kija 20g , Pasta twarogowa 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Brzoskwinia 130g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Dynia duszona 100g , Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 50g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Serek włoski 30g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1460.75 kcal; Energia: 6118.14 kJ; Białko ogółem: 60.17 g; białko zwierzęce: 36.55 g; białko roślinne: 22.02 g; Tłuszcz: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 213.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.55 g; Sód: 1780.05 mg; Potas: 3223.53 mg; Wapń: 553.12 mg; Fosfor: 1094.09 mg; Błonnik pokarmowy: 25.20 g; suma cukrów prostych: 32.25 g; Woda: 951.94 g; Popiół: 13.58 g;		
wtorek 2026-06-23 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło śmietankowe 60% 15g , Schab z kija 30g , Pasta twarogowa 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Brzoskwinia 130g ,	Zupa botwinka z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g , Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Dynia duszona 120g , Kompot owocowy 200ml , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA), Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1795.97 kcal; Energia: 7521.98 kJ; Białko ogółem: 73.39 g; białko zwierzęce: 43.20 g; białko roślinne: 28.37 g; Tłuszcz: 58.96 g; Węglowodany ogółem: 270.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.70 g; Sód: 2489.44 mg; Potas: 4141.83 mg; Wapń: 619.37 mg; Fosfor: 1334.99 mg; Błonnik pokarmowy: 30.77 g; suma cukrów prostych: 35.27 g; Woda: 1137.66 g; Popiół: 17.61 g;		
środa 2026-06-24 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 10g (MLEKO, LAKTOZA), Kakao 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g , Ogórek zielony 50g , Szynka z piersi kurczaka 20g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 1szt (MLEKO, RYBY), Kompot owocowy 200ml , Banan 150g ,	Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Papryka 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek śmietankowy w plastarach naturalny 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1035.07 kcal; Energia: 3585.15 kJ; Białko ogółem: 36.31 g; białko zwierzęce: 23.06 g; białko roślinne: 8.57 g; Tłuszcz: 37.77 g; Węglowodany ogółem: 146.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.82 g; Sód: 373.17 mg; Potas: 2081.63 mg; Wapń: 428.96 mg; Fosfor: 526.60 mg; Błonnik pokarmowy: 10.34 g; suma cukrów prostych: 45.31 g; Woda: 672.25 g; Popiół: 6.95 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-24 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Kakao 200ml (MLEKO), Ogórek zielony 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 1szt (MLEKO, RYBY), Kompot owocowy 200ml , Banan 150g , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 30g , Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Papryka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1464.57 kcal; Energia: 4123.50 kJ; Białko ogółem: 52.28 g; białko zwierzęce: 30.62 g; białko roślinne: 9.18 g; Tłuszcz: 42.38 g; Węglowodany ogółem: 224.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.75 g; Sód: 449.06 mg; Potas: 2338.77 mg; Wapń: 610.40 mg; Fosfor: 690.69 mg; Błonnik pokarmowy: 10.71 g; suma cukrów prostych: 57.57 g; Woda: 778.61 g; Popiół: 8.23 g;		
środa 2026-06-24 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z piersi kurczaka 30g , Kakao 200ml (MLEKO), Ogórek zielony 55g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 2szt (MLEKO, RYBY), Kompot owocowy 200ml , Banan 150g , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g , Pierś delikatna z kurnej półki 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Papryka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2078.20 kcal; Energia: 6818.29 kJ; Białko ogółem: 77.00 g; białko zwierzęce: 47.12 g; białko roślinne: 18.19 g; Tłuszcz: 70.57 g; Węglowodany ogółem: 293.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.60 g; Sód: 1001.69 mg; Potas: 2736.94 mg; Wapń: 772.90 mg; Fosfor: 977.32 mg; Błonnik pokarmowy: 13.65 g; suma cukrów prostych: 71.05 g; Woda: 922.80 g; Popiół: 11.08 g;		
środa 2026-06-24 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Kakao 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Pomidor 50g , Twarożek 10g (MLEKO, LAKTOZA),	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 1szt (MLEKO, RYBY), Kompot owocowy 200ml , Banan 150g , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 10g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA),
Wartości odżywcze: Energia: 1073.15 kcal; Energia: 4499.68 kJ; Białko ogółem: 39.71 g; białko zwierzęce: 27.72 g; białko roślinne: 11.99 g; Tłuszcz: 39.71 g; Węglowodany ogółem: 151.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.12 g; Sód: 727.10 mg; Potas: 2453.32 mg; Wapń: 612.98 mg; Fosfor: 726.00 mg; Błonnik pokarmowy: 13.40 g; suma cukrów prostych: 58.34 g; Woda: 743.93 g; Popiół: 8.88 g;		
środa 2026-06-24 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twarożek 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z piersi kurczaka 20g , Kakao 200ml (MLEKO), Pomidor 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 1szt (MLEKO, RYBY), Kompot owocowy 200ml , Banan 150g , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 30g , Pierś delikatna z kurnej półki 20g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1367.65 kcal; Energia: 5733.04 kJ; Białko ogółem: 51.38 g; białko zwierzęce: 32.38 g; białko roślinne: 19.00 g; Tłuszcz: 42.82 g; Węglowodany ogółem: 212.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.24 g; Sód: 1237.99 mg; Potas: 2767.46 mg; Wapń: 696.42 mg; Fosfor: 946.10 mg; Błonnik pokarmowy: 19.57 g; suma cukrów prostych: 61.70 g; Woda: 802.19 g; Popiół: 11.36 g;		
środa 2026-06-24 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Bułka maślana 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Twarożek 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z piersi kurczaka 30g , Kakao 200ml (MLEKO), Pomidor 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem świderki 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Naleśniki z serem białym 2szt (MLEKO, RYBY), Kompot owocowy 200ml , Banan 150g , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek śmietankowy w plastarach naturalny 50g , Pierś delikatna z kurnej półki 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2004.41 kcal; Energia: 8398.46 kJ; Białko ogółem: 76.76 g; białko zwierzęce: 48.83 g; białko roślinne: 27.93 g; Tłuszcz: 71.19 g; Węglowodany ogółem: 284.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.14 g; Sód: 1745.39 mg; Potas: 3180.63 mg; Wapń: 856.32 mg; Fosfor: 1223.33 mg; Błonnik pokarmowy: 22.27 g; suma cukrów prostych: 75.07 g; Woda: 946.94 g; Popiół: 14.18 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-25 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasztet drobiowy 20g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g , Ser żółty niskotłuszczowy 10g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą i ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Marchewka z groszkiem 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb razowy 50g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Sałata 10g , Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Hummus 10g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1250.07 kcal; Energia: 4233.69 kJ; Białko ogółem: 45.18 g; białko zwierzęce: 25.71 g; białko roślinne: 12.49 g; Tłuszcz: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 181.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.06 g; Sód: 940.57 mg; Potas: 1907.31 mg; Wapń: 586.19 mg; Fosfor: 765.26 mg; Błonnik pokarmowy: 10.24 g; suma cukrów prostych: 55.92 g; Woda: 711.56 g; Popiół: 7.84 g;		
czwartek 2026-06-25 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 20g , Pasztet drobiowy 50g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA),	Zupa jarzynowa z soczewicą i ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Marchewka z groszkiem 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pieczeniowy jasny 50g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Sałata 10g , Hummus 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1727.25 kcal; Energia: 5854.27 kJ; Białko ogółem: 63.89 g; białko zwierzęce: 31.96 g; białko roślinne: 21.10 g; Tłuszcz: 54.60 g; Węglowodany ogółem: 255.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.79 g; Sód: 1587.67 mg; Potas: 2510.61 mg; Wapń: 627.20 mg; Fosfor: 1008.71 mg; Błonnik pokarmowy: 14.80 g; suma cukrów prostych: 58.49 g; Woda: 851.49 g; Popiół: 11.02 g;		
czwartek 2026-06-25 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 30g , Pasztet drobiowy 50g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA),	Zupa jarzynowa z soczewicą i ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Kotlet mielony drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Marchewka z groszkiem 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, STRĄCZKI, GORCZYCA), 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 extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Ogórek zielony 50g , Herbata z cytryną 200ml , Sałata 10g , Hummus 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2059.52 kcal; Energia: 8632.90 kJ; Białko ogółem: 75.14 g; białko zwierzęce: 35.61 g; białko roślinne: 35.78 g; Tłuszcz: 68.72 g; Węglowodany ogółem: 308.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.06 g; Sód: 2884.69 mg; Potas: 3619.74 mg; Wapń: 735.93 mg; Fosfor: 1404.42 mg; Błonnik pokarmowy: 27.21 g; suma cukrów prostych: 63.74 g; Woda: 1034.22 g; Popiół: 16.95 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-25 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasztet drobiowy 20g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Ser żółty niskotłuszczowy 10g ,	Zupa jarzynowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bukiet jarzyn 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 60g , Sos pieczeniowy jasny 50ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pulpet drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyńka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Sałata 10g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1053.02 kcal; Energia: 4415.41 kJ; Białko ogółem: 40.20 g; białko zwierzęce: 28.98 g; białko roślinne: 11.23 g; Tłuszcz: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 150.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.03 g; Sód: 1220.89 mg; Potas: 2003.83 mg; Wapń: 615.51 mg; Fosfor: 820.18 mg; Błonnik pokarmowy: 11.80 g; suma cukrów prostych: 56.52 g; Woda: 724.51 g; Popiół: 8.79 g;		
czwartek 2026-06-25 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 20g , Pasztet drobiowy 50g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA),	Zupa jarzynowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bukiet jarzyn 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pieczeniowy jasny 50g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 90g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyńka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Sałata 10g , Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1561.55 kcal; Energia: 6544.90 kJ; Białko ogółem: 63.60 g; białko zwierzęce: 41.78 g; białko roślinne: 21.82 g; Tłuszcz: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 231.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.72 g; Sód: 2170.47 mg; Potas: 2773.58 mg; Wapń: 723.98 mg; Fosfor: 1201.76 mg; Błonnik pokarmowy: 18.88 g; suma cukrów prostych: 60.65 g; Woda: 914.80 g; Popiół: 13.44 g;		
czwartek 2026-06-25 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 50g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 30g , Pasztet drobiowy 50g , Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Bułka kajzerka 1szt (ŻYTO, PSZENICA),	Zupa jarzynowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bukiet jarzyn 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Ziemniaki gotowane 230g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Pulpet drobiowy 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Podwieczorek: Budyń śmietankowy 250g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szyńka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 80g , Herbata z cytryną 200ml , Sałata 10g , Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1896.17 kcal; Energia: 7945.76 kJ; Białko ogółem: 74.41 g; białko zwierzęce: 46.66 g; białko roślinne: 27.75 g; Tłuszcz: 62.49 g; Węglowodany ogółem: 281.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.66 g; Sód: 2884.97 mg; Potas: 3657.97 mg; Wapń: 782.80 mg; Fosfor: 1408.58 mg; Błonnik pokarmowy: 24.06 g; suma cukrów prostych: 62.90 g; Woda: 1101.36 g; Popiół: 17.05 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-26 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 10g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Morele 80g , Kakao 200ml (MLEKO), Szyńka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),	Zupa selerowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet rybny z dorsza z pieca 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Hummus 20g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Twaróg krajanka plaster 10g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1122.43 kcal; Energia: 4325.89 kJ; Białko ogółem: 47.96 g; białko zwierzęce: 32.13 g; białko roślinne: 10.39 g; Tłuszcz: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 149.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.50 g; Sód: 1487.83 mg; Potas: 2299.68 mg; Wapń: 603.89 mg; Fosfor: 847.18 mg; Błonnik pokarmowy: 14.71 g; suma cukrów prostych: 34.70 g; Woda: 767.85 g; Popiół: 10.31 g;		
piątek 2026-06-26 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Morele 80g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g , Szyńka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),	Zupa selerowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet rybny z dorsza z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g , Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką 100g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twaróg krajanka plaster 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szyńka drobiowa gotowana 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1700.63 kcal; Energia: 6117.13 kJ; Białko ogółem: 79.95 g; białko zwierzęce: 54.44 g; białko roślinne: 17.67 g; Tłuszcz: 54.72 g; Węglowodany ogółem: 239.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.53 g; Sód: 2252.66 mg; Potas: 3280.24 mg; Wapń: 769.85 mg; Fosfor: 1273.72 mg; Błonnik pokarmowy: 22.24 g; suma cukrów prostych: 40.84 g; Woda: 1056.41 g; Popiół: 15.34 g;		
piątek 2026-06-26 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200g (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Morele 80g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g , Szyńka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA),	Zupa selerowa z ziemniakami 300g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet rybny z dorsza z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 230g , Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką 120g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szyńka drobiowa gotowana 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Twaróg krajanka plaster 50g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2012.22 kcal; Energia: 8429.51 kJ; Białko ogółem: 95.32 g; białko zwierzęce: 65.65 g; białko roślinne: 28.07 g; Tłuszcz: 69.59 g; Węglowodany ogółem: 278.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.42 g; Sód: 3292.23 mg; Potas: 4294.41 mg; Wapń: 842.21 mg; Fosfor: 1652.47 mg; Błonnik pokarmowy: 31.64 g; suma cukrów prostych: 42.50 g; Woda: 1244.61 g; Popiół: 20.48 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-26 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 10g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Morele 80g , Kakao 200ml (MLEKO), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),	Zupa selerowa z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet rybny z dorsza z pieca 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 50ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Marchew duszona 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka drobiowa gotowana 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Twaróg krajanka plaster 10g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1098.32 kcal; Energia: 4605.51 kJ; Białko ogółem: 49.82 g; białko zwierzęce: 36.06 g; białko roślinne: 12.16 g; Tłuszcz: 41.07 g; Węglowodany ogółem: 146.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.48 g; Sód: 1508.51 mg; Potas: 2371.64 mg; Wapń: 616.75 mg; Fosfor: 898.00 mg; Błonnik pokarmowy: 16.92 g; suma cukrów prostych: 36.24 g; Woda: 774.53 g; Popiół: 10.02 g;		
piątek 2026-06-26 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (MLEKO), Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 30g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Morele 80g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g , Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA),	Zupa selerowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet rybny z dorsza z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 100g , Marchew duszona 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Twaróg krajanka plaster 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka drobiowa gotowana 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1676.11 kcal; Energia: 7025.88 kJ; Białko ogółem: 79.11 g; białko zwierzęce: 54.87 g; białko roślinne: 22.64 g; Tłuszcz: 56.19 g; Węglowodany ogółem: 237.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.80 g; Sód: 2432.99 mg; Potas: 3479.33 mg; Wapń: 809.69 mg; Fosfor: 1407.66 mg; Błonnik pokarmowy: 27.75 g; suma cukrów prostych: 44.26 g; Woda: 1079.75 g; Popiół: 15.50 g;		
piątek 2026-06-26 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200g (MLEKO), Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Morele 80g , Kakao 200ml (MLEKO), Papryka 50g , Szynka dębową drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA),	Zupa selerowa z ziemniakami 300g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Pulpet rybny z dorsza z pieca 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, PSZENICA), Sos szpinakowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 230g , Marchew duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Owsianka w tubce 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka drobiowa gotowana 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Twaróg krajanka plaster 50g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2013.85 kcal; Energia: 8439.75 kJ; Białko ogółem: 93.87 g; białko zwierzęce: 64.83 g; białko roślinne: 27.45 g; Tłuszcz: 70.12 g; Węglowodany ogółem: 280.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.04 g; Sód: 3005.83 mg; Potas: 4279.30 mg; Wapń: 823.51 mg; Fosfor: 1641.89 mg; Błonnik pokarmowy: 32.48 g; suma cukrów prostych: 43.98 g; Woda: 1230.82 g; Popiół: 18.47 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-27 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Pomidor 50g , Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Kakao 200ml (MLEKO), Szyńska drobiowa 20g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Knedle z truskawkami 150g , Banan 150g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek włoski 10g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Polędwica premium 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1319.39 kcal; Energia: 4774.96 kJ; Białko ogółem: 41.99 g; białko zwierzęce: 27.98 g; białko roślinne: 9.32 g; Tłuszcz: 50.07 g; Węglowodany ogółem: 183.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.21 g; Sód: 661.35 mg; Potas: 2408.29 mg; Wapń: 510.75 mg; Fosfor: 589.34 mg; Błonnik pokarmowy: 10.72 g; suma cukrów prostych: 59.61 g; Woda: 762.31 g; Popiół: 8.18 g;		
sobota 2026-06-27 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szyńska drobiowa 20g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa ogórkowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Knedle z truskawkami 200g , Banan 150g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Serek włoski 30g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1744.01 kcal; Energia: 5292.47 kJ; Białko ogółem: 55.35 g; białko zwierzęce: 32.03 g; białko roślinne: 10.84 g; Tłuszcz: 55.42 g; Węglowodany ogółem: 263.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.72 g; Sód: 710.42 mg; Potas: 2581.60 mg; Wapń: 538.99 mg; Fosfor: 666.79 mg; Błonnik pokarmowy: 11.73 g; suma cukrów prostych: 62.86 g; Woda: 821.96 g; Popiół: 8.87 g;		
sobota 2026-06-27 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szyńska drobiowa 30g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa ogórkowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Knedle z truskawkami 300g , Banan 150g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb razowy 100g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 30g , Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2163.85 kcal; Energia: 6547.04 kJ; Białko ogółem: 69.25 g; białko zwierzęce: 40.15 g; białko roślinne: 13.50 g; Tłuszcz: 71.66 g; Węglowodany ogółem: 318.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.59 g; Sód: 765.09 mg; Potas: 2885.41 mg; Wapń: 574.83 mg; Fosfor: 768.44 mg; Błonnik pokarmowy: 13.43 g; suma cukrów prostych: 68.61 g; Woda: 915.71 g; Popiół: 9.88 g;		
sobota 2026-06-27 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szyńska drobiowa 20g , Kakao 200ml (MLEKO), Parówka drobiowa min. 75% 60g ,	Zupa ogórkowa z ryżem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Knedle z truskawkami 150g , Banan 150g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Serek włoski 10g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1287.59 kcal; Energia: 5398.36 kJ; Białko ogółem: 41.81 g; białko zwierzęce: 28.64 g; białko roślinne: 13.16 g; Tłuszcz: 50.31 g; Węglowodany ogółem: 180.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.41 g; Sód: 957.75 mg; Potas: 2554.09 mg; Wapń: 546.75 mg; Fosfor: 690.74 mg; Błonnik pokarmowy: 14.20 g; suma cukrów prostych: 61.17 g; Woda: 782.11 g; Popiół: 9.44 g;		
sobota 2026-06-27 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szyńska drobiowa 20g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa ogórkowa z ryżem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Knedle z truskawkami 200g , Banan 150g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Serek włoski 30g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1659.21 kcal; Energia: 6954.87 kJ; Białko ogółem: 54.87 g; białko zwierzęce: 33.79 g; białko roślinne: 21.08 g; Tłuszcz: 56.06 g; Węglowodany ogółem: 252.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.25 g; Sód: 1500.82 mg; Potas: 2970.40 mg; Wapń: 634.99 mg; Fosfor: 937.19 mg; Błonnik pokarmowy: 21.01 g; suma cukrów prostych: 67.02 g; Woda: 874.76 g; Popiół: 12.23 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-27 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Pomidor 50g , Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Parówka drobiowa min. 75% 60g , Szynka drobiowa 30g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa ogórkowa z ryżem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Knedle z truskawkami 300g , Banan 150g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 30g , Serek włoski 50g (MLEKO), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2057.85 kcal; Energia: 8625.04 kJ; Białko ogółem: 68.65 g; białko zwierzęce: 42.35 g; białko roślinne: 26.30 g; Tłuszcz: 72.46 g; Węglowodany ogółem: 305.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.25 g; Sód: 1753.09 mg; Potas: 3371.41 mg; Wapń: 694.83 mg; Fosfor: 1106.44 mg; Błonnik pokarmowy: 25.03 g; suma cukrów prostych: 73.81 g; Woda: 981.71 g; Popiół: 14.08 g;		
niedziela 2026-06-28 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Chleb razowy 30g , Pomidor 50g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 20g , Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA),	Rosół z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Młoda kapusta gotowana 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka drobiowa gotowana 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 933.43 kcal; Energia: 3086.66 kJ; Białko ogółem: 44.68 g; białko zwierzęce: 33.38 g; białko roślinne: 5.77 g; Tłuszcz: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 105.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.88 g; Sód: 438.39 mg; Potas: 1479.23 mg; Wapń: 340.49 mg; Fosfor: 557.32 mg; Błonnik pokarmowy: 9.00 g; suma cukrów prostych: 23.43 g; Woda: 603.72 g; Popiół: 5.39 g;		
niedziela 2026-06-28 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Chleb razowy 80g , Pomidor 50g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Polędwica premium 30g , Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO),	Rosół z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 100g , Młoda kapusta gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Szynka drobiowa gotowana 20g , Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1582.48 kcal; Energia: 4498.03 kJ; Białko ogółem: 79.83 g; białko zwierzęce: 57.56 g; białko roślinne: 8.38 g; Tłuszcz: 51.37 g; Węglowodany ogółem: 206.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.81 g; Sód: 615.44 mg; Potas: 2130.21 mg; Wapń: 461.37 mg; Fosfor: 891.59 mg; Błonnik pokarmowy: 12.13 g; suma cukrów prostych: 37.56 g; Woda: 792.77 g; Popiół: 7.79 g;		
niedziela 2026-06-28 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Chleb razowy 50g , Pomidor 50g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Polędwica premium 50g , Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Chleb razowy 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 230g , Młoda kapusta gotowana 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb razowy 50g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Szynka drobiowa gotowana 30g , Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml , Chleb razowy 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2054.98 kcal; Energia: 5948.84 kJ; Białko ogółem: 98.97 g; białko zwierzęce: 68.74 g; białko roślinne: 12.94 g; Tłuszcz: 66.09 g; Węglowodany ogółem: 274.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.36 g; Sód: 946.68 mg; Potas: 3149.87 mg; Wapń: 503.57 mg; Fosfor: 1081.84 mg; Błonnik pokarmowy: 16.31 g; suma cukrów prostych: 39.34 g; Woda: 1000.86 g; Popiół: 10.94 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-28 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Pomidor 50g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Polędwica premium 30g , Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA),	Rosół z makaronem 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki gotowane 60g , Cukinia duszona 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka drobiowa gotowana 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Pasta twarogowa z koperkiem 10g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 1069.21 kcal; Energia: 4483.91 kJ; Białko ogółem: 62.96 g; białko zwierzęce: 52.69 g; białko roślinne: 10.26 g; Tłuszcz: 45.73 g; Węglowodany ogółem: 112.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.75 g; Sód: 777.19 mg; Potas: 1951.60 mg; Wapń: 465.12 mg; Fosfor: 885.78 mg; Błonnik pokarmowy: 11.25 g; suma cukrów prostych: 38.16 g; Woda: 764.20 g; Popiół: 7.71 g;		
niedziela 2026-06-28 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 4-9		
Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Pomidor 50g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Polędwica premium 30g , Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO),	Rosół z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 100g , Cukinia duszona 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 30g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Szynka drobiowa gotowana 20g , Rzodkiewka 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1487.79 kcal; Energia: 6235.97 kJ; Białko ogółem: 78.69 g; białko zwierzęce: 59.28 g; białko roślinne: 19.41 g; Tłuszcz: 53.74 g; Węglowodany ogółem: 190.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.91 g; Sód: 1408.23 mg; Potas: 2760.63 mg; Wapń: 569.92 mg; Fosfor: 1191.27 mg; Błonnik pokarmowy: 19.55 g; suma cukrów prostych: 42.14 g; Woda: 934.34 g; Popiół: 11.61 g;		
niedziela 2026-06-28 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 10-18		
Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Pomidor 50g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane 0.5szt (JAJA), Polędwica premium 30g , Sok owocowo-warzywny NFC 200ml 1szt , Kakao 200ml (MLEKO),	Rosół z makaronem 300g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Mięso z udka kurczaka duszone 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 230g , Cukinia duszona 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 1 szt. 150g (MLEKO),	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Szynka drobiowa gotowana 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1919.49 kcal; Energia: 8043.93 kJ; Białko ogółem: 94.01 g; białko zwierzęce: 67.15 g; białko roślinne: 26.86 g; Tłuszcz: 68.48 g; Węglowodany ogółem: 255.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.31 g; Sód: 1938.51 mg; Potas: 4005.41 mg; Wapń: 634.73 mg; Fosfor: 1460.47 mg; Błonnik pokarmowy: 25.57 g; suma cukrów prostych: 45.06 g; Woda: 1195.80 g; Popiół: 15.77 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-29 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Ser żółty niskotłuszczowy 10g ,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki 60g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Kompot owocowy 200ml ,	Chleb razowy 30g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Szynka z komina 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1123.32 kcal; Energia: 3953.68 kJ; Białko ogółem: 44.94 g; białko zwierzęce: 29.01 g; białko roślinne: 11.24 g; Tłuszcz: 42.75 g; Węglowodany ogółem: 149.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.86 g; Sód: 1222.53 mg; Potas: 1785.85 mg; Wapń: 548.70 mg; Fosfor: 838.21 mg; Błonnik pokarmowy: 11.37 g; suma cukrów prostych: 27.23 g; Woda: 646.69 g; Popiół: 8.16 g;		
poniedziałek 2026-06-29 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 30g , Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa kalarepowa z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki 100g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt pitny owocowy 1szt ,	Chleb razowy 80g , Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z komina 20g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1705.50 kcal; Energia: 5130.73 kJ; Białko ogółem: 65.61 g; białko zwierzęce: 38.68 g; białko roślinne: 14.45 g; Tłuszcz: 57.91 g; Węglowodany ogółem: 240.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.01 g; Sód: 1507.85 mg; Potas: 2176.69 mg; Wapń: 594.38 mg; Fosfor: 1037.62 mg; Błonnik pokarmowy: 14.34 g; suma cukrów prostych: 28.32 g; Woda: 752.75 g; Popiół: 9.97 g;		
poniedziałek 2026-06-29 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 niskotłuszczowy 50g , Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 50g , Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa kalarepowa z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki 120g (GLUTEN, ORZECHY, GORCZYCA, SEZAM), Kasza jęczmienna gotowana 130g (GLUTEN), Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt pitny owocowy 1szt ,	Chleb razowy 50g , Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z komina 30g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2247.60 kcal; Energia: 8156.97 kJ; Białko ogółem: 86.75 g; białko zwierzęce: 53.14 g; białko roślinne: 25.80 g; Tłuszcz: 84.85 g; Węglowodany ogółem: 300.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.21 g; Sód: 1885.93 mg; Potas: 2780.52 mg; Wapń: 673.28 mg; Fosfor: 1392.98 mg; Błonnik pokarmowy: 19.40 g; suma cukrów prostych: 37.64 g; Woda: 872.50 g; Popiół: 13.36 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-29 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Ser żółty niskotłuszczowy 10g, Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Szynka z komina 20g,	Zupa kalarepowa z kaszą manną 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bukiet jarzyn 60g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kasza jęczmienna gotowana 60g (GLUTEN), Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt pitny owocowy 1szt,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z komina 30g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml, Serek kanapkowy 10g (MLEKO, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 1073.00 kcal; Energia: 4498.41 kJ; Białko ogółem: 47.76 g; białko zwierzęce: 31.81 g; białko roślinne: 15.95 g; Tłuszcz: 40.21 g; Węglowodany ogółem: 144.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.14 g; Sód: 1131.35 mg; Potas: 1964.28 mg; Wapń: 584.80 mg; Fosfor: 942.72 mg; Błonnik pokarmowy: 15.31 g; suma cukrów prostych: 28.74 g; Woda: 672.01 g; Popiół: 9.20 g;		
poniedziałek 2026-06-29 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), Ser żółty niskotłuszczowy 30g, Szynka dębowa drobiowa 20g (., SELER, GORCZYCA), Papryka 50g, Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa kalarepowa z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bukiet jarzyn 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kasza jęczmienna gotowana 90g (GLUTEN), Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt pitny owocowy 1szt,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 30g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z komina 20g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1798.08 kcal; Energia: 7536.10 kJ; Białko ogółem: 71.57 g; białko zwierzęce: 40.79 g; białko roślinne: 30.78 g; Tłuszcz: 59.56 g; Węglowodany ogółem: 266.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.78 g; Sód: 1507.53 mg; Potas: 2642.94 mg; Wapń: 700.31 mg; Fosfor: 1317.94 mg; Błonnik pokarmowy: 24.45 g; suma cukrów prostych: 39.41 g; Woda: 800.34 g; Popiół: 12.81 g;		
poniedziałek 2026-06-29 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 żółty niskotłuszczowy 50g, Szynka dębowa drobiowa 30g (., SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO),	Zupa kalarepowa z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Gulasz drobiowy 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Bukiet jarzyn 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kasza jęczmienna gotowana 130g (GLUTEN), Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt pitny owocowy 1szt,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g (MLEKO, LAKTOZA), Szynka z komina 30g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2277.21 kcal; Energia: 9541.91 kJ; Białko ogółem: 91.84 g; białko zwierzęce: 54.79 g; białko roślinne: 37.05 g; Tłuszcz: 81.04 g; Węglowodany ogółem: 322.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.33 g; Sód: 1980.03 mg; Potas: 3204.56 mg; Wapń: 767.73 mg; Fosfor: 1644.73 mg; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; suma cukrów prostych: 41.45 g; Woda: 897.61 g; Popiół: 15.33 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-30 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 2-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 10g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 130g 1Por, Chleb razowy 30g, Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA),	Zupa kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami 200ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g, Mięso z udka kurczaka duszone 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Surówka z marchewki i jabłka 60g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt,	Chleb razowy 30g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Hummus 10g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml, Ser żółty niskotłuszczowy 20g,
Wartości odżywcze: Energia: 1073.49 kcal; Energia: 3747.40 kJ; Białko ogółem: 44.93 g; białko zwierzęce: 30.36 g; białko roślinne: 9.14 g; Tłuszcz: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 142.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.62 g; Sód: 859.58 mg; Potas: 2643.41 mg; Wapń: 730.12 mg; Fosfor: 865.15 mg; Błonnik pokarmowy: 10.83 g; suma cukrów prostych: 39.38 g; Woda: 1027.97 g; Popiół: 9.82 g;		
wtorek 2026-06-30 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 4-9		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 80g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pasta jajeczna 30g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 130g 1Por,	Zupa kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g, Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Surówka z marchewki i jabłka 100g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt,	Chleb razowy 80g, Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Hummus 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml, Ser żółty niskotłuszczowy 30g,
Wartości odżywcze: Energia: 1600.16 kcal; Energia: 4692.31 kJ; Białko ogółem: 65.62 g; białko zwierzęce: 39.98 g; białko roślinne: 10.90 g; Tłuszcz: 52.64 g; Węglowodany ogółem: 224.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.86 g; Sód: 1062.40 mg; Potas: 3214.84 mg; Wapń: 767.87 mg; Fosfor: 1046.44 mg; Błonnik pokarmowy: 13.61 g; suma cukrów prostych: 41.27 g; Woda: 1192.56 g; Popiół: 11.66 g;		
wtorek 2026-06-30 Dieta: GLIWICE DZIECI PODSTAWOWA 10-18		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Chleb razowy 100g, Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 130g 1Por,	Zupa kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g, Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Surówka z marchewki i jabłka 120g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt,	Chleb razowy 100g, Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Hummus 30g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, LAKTOZA), Ser żółty niskotłuszczowy 50g, Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1977.33 kcal; Energia: 5766.25 kJ; Białko ogółem: 77.15 g; białko zwierzęce: 45.18 g; białko roślinne: 14.12 g; Tłuszcz: 65.82 g; Węglowodany ogółem: 280.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.36 g; Sód: 1480.30 mg; Potas: 4036.20 mg; Wapń: 801.89 mg; Fosfor: 1216.35 mg; Błonnik pokarmowy: 16.92 g; suma cukrów prostych: 42.96 g; Woda: 1381.70 g; Popiół: 14.57 g;		
wtorek 2026-06-30 Dieta: GLIWICE DZIECI ŁATWOSTRAWNA 1-3		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (MLEKO), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Szynka z indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g, Kakao 200ml (MLEKO), Arbuz 130g 1Por, Pasta jajeczna 10g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM),	Zupa krupnik z kaszą jaglaną 200g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 60g, Mięso z udka kurczaka duszone 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Surówka z marchewki i jabłka 60g, Kompot owocowy 200ml, Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt,	Chleb zwykły 30g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g, Herbata z cytryną 200ml, Ser żółty niskotłuszczowy 10g,
Wartości odżywcze: Energia: 995.41 kcal; Energia: 4173.33 kJ; Białko ogółem: 47.17 g; białko zwierzęce: 35.59 g; białko roślinne: 11.58 g; Tłuszcz: 38.87 g; Węglowodany ogółem: 125.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.77 g; Sód: 1175.15 mg; Potas: 2618.67 mg; Wapń: 728.25 mg; Fosfor: 985.13 mg; Błonnik pokarmowy: 11.93 g; suma cukrów prostych: 39.90 g; Woda: 1018.09 g; Popiół: 10.60 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Gliwice Dzieci		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-30 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 indyka 20g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pasta jajeczna 30g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Arbus 130g 1Por ,	Zupa krupnik z kaszą jaglaną 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 100g , Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Surówka z marchewki i jabłka 100g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 80g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 10g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 20g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml , Ser żółty niskotłuszczowy 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1508.02 kcal; Energia: 6320.20 kJ; Białko ogółem: 68.33 g; białko zwierzęce: 46.64 g; białko roślinne: 21.69 g; Tłuszcz: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 216.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.30 g; Sód: 2018.90 mg; Potas: 3454.22 mg; Wapń: 837.94 mg; Fosfor: 1388.32 mg; Błonnik pokarmowy: 22.04 g; suma cukrów prostych: 45.07 g; Woda: 1213.79 g; Popiół: 15.05 g;		
wtorek 2026-06-30 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 indyka 30g (MLEKO, JAJA, SOJA, GORCZYCA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Pomidor 50g , Kakao 200ml (MLEKO), Arbus 130g 1Por ,	Zupa krupnik z kaszą jaglaną 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LAKTOZA), Ziemniaki gotowane 230g , Mięso z udka kurczaka duszone 90g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Surówka z marchewki i jabłka 120g , Kompot owocowy 200ml , Podwieczorek: Jogurt wegański 1szt ,	Chleb zwykły 100g (ŻYTO, PSZENICA), Masło extra 82% 15g (ŚMIETANKA), Kurczak gotowany 30g (SELER, GORCZYCA), Ser żółty niskotłuszczowy 50g , Pomidor 50g , Herbata z cytryną 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1882.07 kcal; Energia: 7883.72 kJ; Białko ogółem: 82.38 g; białko zwierzęce: 54.73 g; białko roślinne: 27.66 g; Tłuszcz: 63.82 g; Węglowodany ogółem: 270.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.99 g; Sód: 2720.55 mg; Potas: 4371.89 mg; Wapń: 891.52 mg; Fosfor: 1657.41 mg; Błonnik pokarmowy: 27.51 g; suma cukrów prostych: 47.74 g; Woda: 1416.23 g; Popiół: 19.00 g;		

Dietetyk

.....